مجموعة رسائل

برمهنسا يوغانندا



ترجمة

محمود عباس مسعود

ومضات من حياة حكيم

بقلم شري دايا ماتا الرئيسة السابقة لجماعة معرفة الذات والتي دونت تعاليم المعلم برمهنسا يوغانندا واحتفظت بها للأجيال

عندما أبصرتُ برمهنسا يوغانندا للمرة الأولى، كان يخطب في جمهور غفير منبهر في مدينة "سولت ليك" سنة 1931

وإذ وقفت في الركن الخلفي من القاعة المكتظة فقد ذهلت عن كل ما حولي سوى الخطيب وكلماته

لقد استغرق كياني بأسره في الحكمة والحب الإلهي اللذين كانا يتدفقان إلى نفسي ويغمران قلبي وعقلي، وكل ما كنت أفكر فيه هو "هذا الإنسان يحب الله مثلما تشوقتُ دوماً لمحبته. إنه يعرف الله، وإياه سأتبع." وهذا الذي فعلته منذ تلك اللحظة

وإذ شعرت بالقوة الروحية المجيدة لكلماته في حياتي إبّان تلك الأعوام المبكـّرة مع معلمي الجليل برمهنسا، فقد بزغ في داخلي إحساس قوي بالحاجة الملحّة لتدوين وحفظ أقواله المأثورة لكل العالم ولكل الأجيال

ومن حسن حظي أنني خلال ملازمتي للمعلم برمهنسا، وعلى مدى سنين عديدة قمت بتدوين محاضراته ومشورته الشخصية، ويا له من كنز عظيم وعميم من الحكمة المدهشة والحب الإلهي الفريد

لقد كان فيض الإلهام يتدفق من المعلم الملائكي منعكسا في كلامه المتوارد؛ إذ كثيراً ما كان يتكلم لدقائق دفعة واحدة دون توقف، أو قد يستمر لساعة كاملة

وإذ جلس سامعوه منذهلين ومفتتنين فقد كان قلمي يجري بسرعة فائقة! وإذ قمت بتدوين كلماته بواسطة الإختزال فقد شعرت كما لو أن نعمة فريدة قد حلـّت، مترجمة ً صوت المعلم على الفور إلى رموز إختزالية على الصفحات

ولقد كان نقلها – ولم يزل – إلى الكتابة العادية واجباً مقدسا وعملا ً مباركا إلى هذا اليوم. وحتى بعد هذا الوقت الطويل – وبعض ملاحظاتي تعود إلى أكثر من أربعين سنة – فعندما أشرع في نقلها أجدها جديدة في عقلي بكيفية معجزة، كما لو أنها دُوّنت نهار أمس لدرجة يمكنني معها أن أسمع - النغمة المميزة لصوت المعلم الملائكي، في كل عبارة من عباراته، في أعمق أعماق نفسي

نادراً ما كان المعلم يقوم بأدنى تحضير لمحاضراته. وإن قام بأي تحضير على الإطلاق فربما اشتمل ذلك على بعض

الوقائع يدوّنها بسرعة وإيجاز. ففي طريقه إلى المعبد كان يسأل أحدنا – في السيارة – قائلا

" ما هو موضوع محاضرتي اليوم؟" وكان يضع عقله على الموضوع ومن ثم يلقي المحاضرة ارتجالا ً من ينبوع إلهام إلهي باطني

مواضيع محاضرات المعلم كان يتم الإعلان عنها مسبقاً في المعابد، ولكن عقله كان يعمل أحياناً في مجال آخر مختلف كلياً عند الشروع في الحديث

وبصرف النظر عن موضوع ذلك اليوم، فقد كان المعلم ينطق بالحقائق التي كانت تشغل وعيه في تلك اللحظة، ساكباً معرفة لا تقدّر بثمن في سيل مستمر من فيض تجربته الروحية وإدراكه البديهي اليقيني. ودائماً تقريباً كان عدد من الناس يتقدمون في نهاية الخطبة كي يعربوا له عن امتنانهم لتنوير أذهانهم حول مسألة كانت تؤرقهم أو ربما لشرح فكرة فلسفية كانت تهمهم بصورة خاصة

أحياناً، وأثناء إلقاء محاضراته، كان وعي المعلم يحلـّق عالياً بحيث كان ينسى الحاضرين لبرهة قصيرة ويناجي الله مباشرة. لقد كان كيانه بأسره منتشياً بالفرح ويفيض بالحب الإلهي

وفي حالات الوعي السامي تلك، كان وعيه في توافق تام مع الوعي الإلهي، فأدرك الحق في ذاته ووصف ما اختبره ورآه

لربما شعر الآخرون بالرهبة من إشراق برمهنسا يوغانندا لولا دفئه وعدم تكلفه وتواضعه الهادئ الذي كان يبعث السكينة والطمأنينة على الفور في نفس كل شخص. فكل واحد من الحاضرين كان يشعر بأن حديث المعلم كان موجّهاً إليه شخصياً

ولقد كانت الدعابة وروح المرح من السمات المحببة لشخصية المعلم. فبعبارة منتقاة، أو بإيماءة ذات مغزى، أو بتعبير وجهي ظريف كان يستجلب استجابة ودية ويثير ضحكات قلبية في اللحظة المناسبة لتوضيح نقطة معينة أو لإراحة السامعين بعد تركيز ذهني مكثـّف وطويل على موضوع خاص أو مسألة عميقة ودقيقة

لا يستطيع الشخص أن يدوّن في كتاب الخاصيات الفريدة والطابع الشامل لشخصية برمهنسا يوغانندا المشرقة والمفعمة

بالحيوية والمحبة. ولكن أملي المتواضع في تقديم هذه الترجمة الوجيزة هو إعطاء ومضة شخصية تزيد في متعة القارئ وتقديره لتعاليمه

وإذ شاهدت معلمي الملائكي في توافق تام وتناغم كلي مقدس مع الحضرة الإلهية، وسمعت الحقائق الغزيرة والدفق الوجداني لروحه الثرة والثرية؛ وإذ دوّنت تعاليمه العظيمة لكل الأجيال؛ وإذ أضعها الآن بين أيدي القرّاء، لا يسعني إلا أن أقول: يا لفرحي العظيم

أسأله تعالى أن تفتح الكلمات الجليلة للمعلم أبواب الإيمان الراسخ بالله والحب الإلهي له في نفوس الراغبين.

نظرية العودة للتجسد يمكن إثباتها علمياً

إن كان الشخص يؤمن بوجود رب عادل في الكون يصبح من السهل تقبّل فكرة العودة إلى التجسد لأن المفهومين يعتمد أحدهما على الآخر. ولكن ماذا بشأن المتشككين والملحدين؟ هل بالإمكان برهنة حقيقة العودة إلى التجسد بأسلوب علمي على نحو يرضيهم؟ وهل يمكن إخضاع نظرية العودة إلى التجسد إلى تحليل علمي دقيق، ليس لإعطاء الأمل وحسب بل لتقديم البرهان أيضاً على حقيقتها؟!

العلماء الماديون يزعمون أنهم لم يعثروا بعد على أي برهان فعلي على وجود الله، ولهذا لا يمكنهم تقديم أية بينة عن وجود قانونه العادل الذي يمنح فرصاً متكافئة لكل البشر من أجل التطور والإرتقاء عن طريق العودة إلى التجسد.

إن آلام الأطفال الأبرياء والظلم وإجحاف الحياة كلها تبدو لمثل أولئك العلماء أموراً مبهمة لا يمكن تعليلها، وتشير إلى غياب خالق عادل.

من ناحية أخرى فإن معظم الذين يؤمنون في إله عادل منصف يؤسسون قناعتهم على الإعتقاد وحسب، وليس لديهم إثبات لتقديمه إلى غير المؤمنين. إنهم لا يجرؤون في معظم الأحيان على تمحيص إيمانهم أو إخضاعه للإستجواب المنطقي خوفاُ من فقدانه أو خلق بلبلة إجتماعية. وبعبارة أخرى ليسوا على معرفة بوجود ناموس روحي علمي يمكن أن يثبت صدق معتقدهم.

ولكن لماذا لا يوضع القانون الروحي على بساط البحث بنفس الطريقة التي توضع فيها أساليب التجريب المستعملة من قبل علماء المادة لغرض الكشف عن الحقائق الطبيعية؟ هذا السؤال تم طرحه منذ قرون من قبل علماء الهند الروحيين، فتطوعوا للإجابة عليه. ونتيجة لذلك فقد أسفرت تجاربهم عن أساليب علمية يمكن استخدامها من قبل أي إنسان لإماطة اللثام عن الناموس الروحي، وبالتالي عن العودة إلى التجسد، وعن كل حقيقية كونية عظمى.

ما دامت وسائل الإثبات موجودة فليس لأحد الحق بالقول أن العودة إلى التجسد والقوانين الروحية الأخرى هي غير صحيحة ما لم يكن قد جرّب الأساليب ورأى الحقائق بعينه.

لعالِم الطبيعة المتشكك الحق في الإعراب عن رأيه، لكنه يبقى مجرد رأي وليس حقيقة.

في العلوم الطبيعية الحاجة تمس إلى اعتماد واتباع إجراءات محددة من أجل البرهنة على أية نظرية يتم طرحها على بساط البحث. الجراثيم غير منظورة للعين المجردة ولذلك يتوجب على الإنسان استخدام المجهر كي يتمكن من معاينتها. أما إن رفض أحدهم النظر من خلال المجهر فلا يمكن القول بأنه فحص ومحّص النظرية القائلة بوجود الجراثيم. وبناء عليه فإن رأيه لا وزن له لأنه لم يتبع القواعد التي يُنصح باستخدامها من أجل التوصل إلى إثبات حقيقة النظرية.

ونفس الشيء ينطبق على الروحيات. فالأساليب تم استنباطها، والقواعد تم وضعها، والنتائج معروضة أمام كل من يمتلك الرغبة الكافية للتجريب. في العالم الغربي، ونظراً لعدم توفر الطريقة العلمية لتمحيص القوانين الروحية تضاءلت قيمة

الدين كثيراً بصفته عاملاً حيوياً في حياة الإنسان. فالمذاهب الروحية يتم اعتناقها أو رفضها بما يتناسب مع الاعتقاد الفردي بدلا من اعتبارها محصلة أكيدة للدراسة المعمقة والتنقيب الروحي المنهجي.

كيف تسنى لحكماء الهند القدامى الكشف عن هذه النواميس الكونية غير الخاضعة للتغيير أو التبديل؟ من خلال إجراء التجارب على حياة وفكر الإنسان في مختبرات صوامعهم. لكي نقف على ماهية الأشياء الطبيعية يجب أن نجرِّب بالمواد الطبيعية. وبالمثل، للعثور على حقيقة العودة إلى التجسد أو مرور وعبور نفس النفس في أجساد عديدة، من الضروري إجراء التجارب على وعي الإنسان.

هؤلاء العلماء القدامى وجدوا أن الذات البشرية تظل هي.. هي طوال عمر الإنسان، دون أن يطرأ عليها أي تغيير بالرغم من التجارب المختلفة وتقلبات الفكر إبان حالات اليقظة والحلم والنوم غير الحالم. لقد اكتشفوا أن الانطباعات الحسية تغيرت، والبيئة والأفكار والحالات الجسدية كلها تغيرت، لكن الشعور بالذات أو (الأنا) لم يتغير إطلاقاً من الولادة وحتى الموت.

علماء الهند التجريبيون أكدوا أنه بالتركيز الدقيق على الذات من خلال مراقبتها مراقبة متواصلة وواعية ومستقلة عن الحالات المتقلبة لليقظة والأحلام والنوم غير الحالم، يستطيع الشخص أن يدرك الطبيعة الثابتة والأزلية للذات.

الإنسان غالباً ما يكون على دراية بحالة من تلك الحالات. يكون على دراية واعية أثناء اليقظة، وأحياناً قد يكون أيضاً على دراية بحالته الحالمة. وليس من غير المألوف أن يشعر أثناء الحلم بأنه يحلم.

وبواسطة بعض الأساليب والممارسات يستطيع أن يحتفظ الشخص بإدراك واعٍ لكل حالة من الحالات المذكورة أعلاه. بل وقد يتمكن أيضاً من إدراك الحالة الرابعة.. حالة الوعي السامي المغبوطة.

أثناء النوم يحدث استرخاء لا إرادي حيث يتحلل النشاط من الأعصاب والحواس. وبالممارسة يستطيع الشخص أن يستحدث هذا الإسترخاء أثناء حالة اليقظة وبالإرادة. في النوم الأكبر أو

الموت يحدث استرخاءٌ كلي حيث تنسحب طاقة الحياة من القلب والمحاور الفقرية. بالتأمل العميق يمكن إحداث هذا الاسترخاء التام بصورة واعية في حالة اليقظة. وبعبارة أخرى فإن كل وظيفة جسدية لا إرادية يمكن التحكم بها بصورة إرادية وواعية بواسطة تمرينات خاصة.

لقد استنتج حكماء الهند القديمة أن الموت هو انسحاب كهرباء الحياة من مصباح الجسد البشري بما فيه من أعصاب وإحساسات وقنوات لا تحصى لقوة الحياة. وكما أن الكهرباء لا تموت لدى انسحابها من مصباح كهربائي محطم، هكذا لا تفنى قوة الحياة عند انسحابها من الأعصاب اللاإرادية. مستحيل أن تفنى الطاقة. إنها تنسحب من الجسد عند الموت وتعود إلى الطاقة الكونية.

في النوم يتوقف العقل الحسي عن العمل حيث ينسحب التيار مؤقتاً من الأعصاب. وعند الموت يتوقف الوعي البشري بالمرة عن الإعراب عن ذاته من خلال الجسد الذي يشبه عندئذ ذراعاً مشلولة يشعر صاحبها بوجودها لكنه يعجز عن التحكم بها أو العمل من خلالها. هناك سجلات طبية تصف حالة رجل دين دخل حالة الغيبوبة وقد سمع الجميعَ من حوله يندبون موته الظاهر لكنه لم يقوَ على الإعراب عن شعوره من خلال أعضاء الجسد. فآلته الجسدية كانت قد توقفت فجأة ورفضت الاستجابة لأوامره العقلية. وبعد أن أمضى أربعاً وعشرين ساعة في تلك الحالة وكان على وشك أن يُنقل للدفن بذل مجهوداً جباراً وتمكن من الحركة. هذه الحادثة توضح استمرارية الشعور بالأنا مع أن الجسد يبدو فاقد الحياة.

يقول الحكماء أنه ينبغي للشخص أن يفصل النشاط والوعي عن الجسد بصورة واعية وأن يراقب حالة النوم بصورة واعية أيضاً، ويمارس انسحاب النشاط الواعي الإرادي من القلب والمراكز الفقرية. وبذلك يتعلم القيام بكيفية واعية بما سيفرضه عليه الموت بغير وعي منه ولا إرادة.

يدخل النشاط الحيوي الجسمَ عن طريق النخاع المستطيل ويتم تخزينه في مستودع الدماغ. بعد ذلك ينحدر إلى خمسة

مراكز أخرى للحياة والوعي في العمود الفقري حيث يتم توزيعه على أعضاء الإدراك الحسي وباقي أعضاء الجسد الأخرى.

عند الموت ينسحب النشاط الحيوي انسحاباً تاماً ونهائياً إلى العمود الفقري ويغادر الجسد عن طريق النخاع المستطيل. اليوغي الضليع يستطيع سحب النشاط الحيوي – بإرادة ووعي – من الجسد والحواس إلى العمود الفقري وإرساله إلى أعلى مراكز المدركات المقدسة حيث يشعر بسرور أنه "ميت" أي يتحرر من الأوهام الحسية الناجمة عن الارتباط بالوعي الجسدي المحدود.

هناك حالة موثقة في سجلات أطباء فرنسيين وأوروبيين آخرين عن رجل يدعى سادهو هاريداس، في بلاط الإمبراطور الهندي راجنيت سنغ، تثبت أن سادهو هاريداس تمكن من فصل نشاطه الحيوي ووعيه عن الجسد ثم وصل الإثنين ثانية بعد بضعة أشهر. لقد دُفن جسده تحت الأرض ووُضعت مراقبة صارمة على المنطقة لعدة شهور على مدار الساعة. وبانتهاء تلك المدة تم نبش جسده وفحْصُه من قبل الأطباء الأوروبيين الذين أعلنوا بأنه ميت. لكن بعد بضع دقائق من ذلك الإعلان فتح عينيه واستعاد السيطرة على كل وظائف جسده، وعاش سنيناً عديدة بعدها. لقد تعلم بالممارسة كيفية التحكم بكل الوظائف اللاإرادية لجسمه وعقله. لقد كان عالماً روحياً أجرى تجاربَ روحية موصى بها من قبل الحكماء لمعرفة حقيقة الناموس الكوني. ونتيجة لذلك فقد تمكن من إثبات استمرارية ذاتية الإنسان بعد الموت وعدم فناء جوهره كروح خالد.

الذين يرغبون في البرهنة لأنفسهم عن الحقيقة العلمية لمذهب العودة إلى التجسد يجب أن يثبتوا أولاً استمرارية الوعي بعد الموت عن طريقة فصل الجسد عن الروح بكيفية واعية. هذا يمكن فعله باتباع القواعد التي وضعها علماء الهند الروحيين منذ عصور. عندما يتعلم الشخص كيف يكون يقظاً أثناء النوم وأن يستجلب الأحلام بالإرادة ويفصل الحواس الخمس فصلاً واعياً لا سلبياً كما يحدث أثناء النوم.. وعندما يتعلم كيفية التحكم بوظيفة القلب، عندها سيتمكن من اختبار الموت الواعي أو غيبوبة الجسد (وليس غيبوبة الوعي).

يقول حكماؤنا أن الذات هي على دراية واعية بنفسها في كافة أطوار ومراحل الطفولة والشباب والشيخوخة. فالنفس المتجسدة هي دائمة الوعي بكل الحالات المتعاقبة التي يختبرها الإنسان، بما في ذلك الحصول على جسد آخر بعد الموت والتنقل ما بين العالمين المادي والأثيري. هذه الحقيقة لا يختلف عليها الراسخون في علم الروح.

وبممارسة الطرق المؤدية إلى الحالات الأربع المتقدم ذكرها يمكننا تعقب الذات في حالات وجودها.. ونستطيع تتبعها بصورة واعية أثناء الموت وفي تجوالها في الفضاء الكوني وعودتها إلى الحياة في جسد جديد.

الذين لا يُلقنون هذه الأمور لا يقدرون على الإحتفاظ بوعيهم خلال النوم الأكبر: الموت. وهكذا لا يستطيعون تذكر أي حالة سابقة حدث لهم، ولا حتى حالات "النوم العميق" أثناء حياة واحدة.

وبتبني أساليب علماء الهند القدامى الذين جرّبوا تلك القوانين وأثبتوا صحتها، وأهدوا للعالم معرفة نفيسة قابلة للإثبات يستطيع المرء أن يطلع على الحقيقة العلمية للعودة إلى التجسد وعلى كل الحقائق الأزلية الأخرى.

ابتسامة الروح

الإبتسامة الحقيقية هي ابتسامة السعادة الروحية المتحصلة من التأمل والتفكير بالله والإحساس بحضوره. ابتسامتي تنبع من ابتهاج عميق في كياني.. ابتهاج يمكن لكل إنسان أن يحصل عليه. فهو يشبه أريجاً متضوعاً من قلب وردة النفس المتفتحة. هذا السرور العظيم يدعو الآخرين للابتراد في مياه الغبطة المقدسة.

هناك أربع حالات يعرفها الشخص العادي: فهو يشعر بالسعادة لدى تحقيق رغبة ما، ويشعر بالتعاسة إن امتنع عليه تحقيقها. أما عندما لا يكون سعيداً ولا مكتئباً فيشعر بالضجر.

ولدى تخطي هذه العواطف أو الحالات النفسية للذة والألم والضجر يشعر بالسلام.

السلام حالة مرغوبة جداً ناجمة عن انعدام حالات الحزن واللذة وغياب السأم. وهذه الحالات هي دائمة التماوج على صفحة النفس. فبعد امتطاء هائج صاخب لموج الألم واللذة، بما في ذلك انغماسات متكررة في لجج الضجر، هناك متعة في العوم على صدر بحر السلام الهادئ. لكن أعظم من السلام هي النشوة الروحية.. غبطة النفس.. منتهى السعادة. إنها فرح متجدد لا يختفي أبداً بل يلازم الروح طوال الأبد. ذلك الفرح الأعظم يمكن بلوغه فقط بإدراك الحضور الإلهي.*

* إن وضعتَ إناءً من الماء تحت ضوء القمر ثم خضخضت الماء ستخلق صورة مشوهة للقمر. وعندما يهدأ الماء في الإناء يظهر الإنعكاس جلياً. اللحظات التي يكون الماء في الوعاء راكداً وعاكساً لوجه القمر بصفاء يمكن مقارنتها بحالة السلام التأملية وبحالة السكون الأكثر عمقاً. في سلام التأمل تنعدم كل أمواج الإحساسات والأفكار من العقل. وفي حالة السلام الأعمق غوراً يبصر المتأمل في تلك السكينة بدرَ الحضور الإلهي منعكساً في بحيرة النفس.

السلام هو حالة سالبة كونها غياب أمواج اللذة والألم واللامبالاة. وهكذا ينجذب المتأمّل بعد فترة قصيرة لاختبار أمواج العواطف مجدداً. ولكن كلما ازداد السلام التأملي عمقاً يتحول إلى هدوء روحي وبالتالي إلى غبطة إيجابية فيشعر المتأمل بفرح دائم التجدد وكلي الرضاء.

عندما تنام تقوم بتسكين الأفكار والإحساسات تسكيناً سلبياً. أما عندما تقوم بتهدئة الأفكار والإحساسات بطريقة واعية بالتأمل، تختبر أول ما تختبر حالة من السلام فتقوم عضلات الوجه بتشكيل ذاتها على هيئة ابتسامة تعكس سلام القلب. ولكن يجب أن تتطلع إلى ما بعد حالة السلام كي تبصر نقاء روحك. ذلك النقاء الذي لا تشوبه ولا تشوهه الإثارات الحسية أو

ردود الفعل التلقائية الناجمة عن الأفكار المقترنة بالحواس. الحالة التي تختبرها عندئذ هي غبطة دائمة التجدد.

الأنبياء والقديسون يمتلكون هذا الفرح في قلوبهم على الدوام. وإذ يشعرون بالأمن والطمأنينة المباركة لا تهزهم ولا تهزمهم عواصف الغضب ولا تتطرق إليهم الهموم والمخاوف. وباستخدامهم مِبضع العقل أو البصيرة فباستطاعتهم تشريح أفكارهم أو أفكار الآخرين على مشرحة العقل مع الاحتفاظ بثباتهم وهدوئهم. في غبطة النفس تنعدم الكآبة كلياً ويبزغ التمييز الروحي في كيان المريد السعيد فيزيده رسوخاً في الذات العليا.

معظم الابتسامات تنجم عن عواطف طيبة ناشئة عن فعل الخير أو مشاعر ودية ومحبة ولطف أو تعاطف. لكن أروع طريقة للإبتسام هي عندما يملأ الإنسان قلبه بحب الله. عندها سيتمكن من محبة الجميع وسيصبح بوسعه الإبتسام على الدوام. كل ضروب الإبتسام الأخرى سريعة الزوال لأن العواطف تومض وتخبو ثم تنطفئ مهما كانت طيبة. الشيء الوحيد الذي يدوم هو فرح الله. عندما تمتلك ذلك الفرح تستطيع أن تبتسم كل الوقت، وإلا فلن تتمكن من الشعور بالمودة نحو شخص يقابل طيبتك بفظاظة.

أعرفُ رجلاً أظهر حزناً كبيراً عندما توفيت زوجته. نظرت بعين فاحصة لعواطفه السطحية المفتعلة وقلت له "ستتزوج في غضون شهر من الآن" فغضب مني ولم يرغب في رؤيتي ثانية، لكنه تزوج خلال شهر واحد من وفاة زوجته. لقد ظن أن حبه لزوجته الأولى كان عظيماً، لكنه نسيها بسرعة كبيرة!

لن أنسى الدرس العظيم الذي تعلمته من معلمي سري يوكتسوارجي حينما قص عليّ هذه الحكاية الصغيرة:

"عندما كنت صبياً صغيراً تملكتني فكرة امتلاك كلب صغير قبيح المنظر كان للجيران، فأشعت الإضطراب في البيت لمدى أسابيع من أجل الحصول على ذلك الكلب. ورفضت بإصرار كل

العروض لحيوانات أليفة أجمل منظراً. لقد أردت فقط ذلك الكلب دون سواه."

إن نفس التعلق يستحوذ على الناس في ما يسمى بالغرام. فالعشاق يتأثرون تأثيراً مغناطيسياً بوجه من الوجوه لدرجة أنهم يعجزون عن سلوانه. لكن الجمال الذي يجب أن نبحث عنه في الآخرين هو جمال الأفعال النبيلة والأخلاق الفاضلة والميول الروحية وليس جمال الأجسام.

عندما تمتلئ نفسُك بالفرح تصبح جذاباً. إنني لا أحب سوى الإبتسامة الصادقة البريئة لأنه بدونها لا يختلف الناس عن الدمى المتحركة.. اليوم يقولون بأنهم سيحبونك إلى الأبد وغداً يوارون الثرى. فأين حبهم العظيم؟ وأين ذلك التأكيد القاطع "أنت عمري وسأحبك للأبد؟"

ولكن إن جعلت الله يقول لك ولو لمرة واحدة "أحبك" فذلك الحب سيكون أبدياً عن حق وحقيقة. لماذا يصرف الإنسان وقته بحثاً عن فتات من الحب البشري وحفنة من المال وهذا الشيء أو ذاك، في الوقت الذي يستطيع العثور على كل شيء في الله: كل الحب الموجود في العالم، وكل القوة في الوجود؟! إنما يجب أن لا نطلب الله طمعاً في القوة بل رغبة في المحبة. عندها سنعثر على الكنز العظيم. وعندما نحب الله محبة قلبية عميقة يستجيب لنا ونحس بحبه ينبض في قلوبنا.

يجب أن يكثر المريد من التأمل لأن الحياة تحلو بالتأمل على الله. التأمل أعظم بكثير من صرف الساعات الطوال بحثاً عن المال والحب البشري أو أي شيء آخر قد يتبادر إلى الذهن. كلما تأمّل الشخص وكلما ظل عقله راسخاً في الحالة الروحية أثناء العمل كلما زادت قدرته على الإبتسام. إنني في ذلك الأفق الآن وعلى الدوام.. في وعي الله المغبوط. لا شيء يؤثر بي. وسواء كنت بمفردي أو مع الآخرين يبقى فرح الله نابضاً دوماً في كياني. لقد تمكنت من الاحتفاظ بابتسامتي. لكن الفوز بتلك الابتسامة كان عملاً شاقاً! إن نفس تلك الابتسامات موجودة أيضاً في داخلك.. نفس فرح ونعيم الروح موجودان بك. لا حاجة

لك لاكتسابهما بل فقط لاستعادتهما. لقد فقدتهما فقداناً مؤقتاً بسبب تحقيق الذات مع الحواس، وبإمكانك استردادهما.

من يعتقد أن الأشياء المادية التي يمكن التمتع بها عن طريق البصر والسمع والذوق والشم واللمس تمنح فرحاً نقياً فهو يخطئ خطأ كبيرا. الحواس لا تمنح الإنسان السعادة بل بالأحرى تسلبه إياها. إن وضعت شروطاً حول سعادتك كأن تقول "لا يمكنني أن أكون سعيداً ما لم أرَ ذلك الوجه" فلن تتذوق أبداً طعم الغبطة الصافية النقية، لأن المتع الحسية لا دوام لها. الأيام والأعوام تفعل فعلها المدمر بالجمال الجسدي. كل ما في العالم المادي يخضع لقانون التغيير. وهكذا فلو تمكن الإنسان من رؤية كل الوجوه الجميلة في العالم، ولو استمع لكل الأنغام ولمس كل ما يرغب في ملامسته، لن يعثر مع ذلك على السعادة الحقيقية. ومع ذلك فقد يتوهم بأنه سعيد. أحياناً بعد أن يكون قد بذل مجهوداً فائقاً للحصول على شيء ما يجد أن لا سعادة في الشيء ذاته. ومع ذلك فإنه يحصل على بعض الرضاء جرّاء الجهد الذي بذله في سبيله، ولهذا يفكر بأنه سعيد. لكن هذا النوع من الرضاء وقتي وسريع الزوال.

فمن العبث إذاً التفتيش عن السعادة في الحواس. يجب العثور على الفرح الروحي وإظهاره في الكلام وقسمات الوجه. عندما يفعل الشخص ذلك فإن بسمة صغيرة منه ستشحن الجميع بمغناطيسته المباركة حيثما كان، وسيشعر الآخرون بالسعادة.

لكن الله وحده هو القادر على تغيير القلوب. يجب ألا نعزو لأنفسنا القدرة على فعل الخير. فاعل الخير الأوحد في الوجود هو الله. هذا العالم عالمه. فإن شعرت بقربه وأدركت أنه المتصرف في كل شيء.. وإن رفعت له كل شيء: الأعمال الطيبة وحتى غير الطيبة ستندهش لتجد أن كل أعمالك ستتحول إلى أعمال طيبة.

عندما يلازمك وعي الله لن تقوى على عمل ما لا يرضيه. يجب أن نقدم حياتنا له وأن ندرك أن الله هو الذي يلهمنا الأفكار

النبيلة ويستحثنا للقيام بالأعمال الخيرة. يجب التخلص من تلك "الأنا" التي هي أكبر عائق في سبيل هذه المعرفة المحرِّرة. الإنسان لن يقدر على رفع يده لو أن الله أطفأ شعاع الحياة الضئيل في نخاعه المستطيل! [النقطة الرئيسية التي منها تدخل قوة الحياة إلى الجسد.]

كنت أجلس ذات مرة في الهواء الطلق وكان الطقس بارداً جداً. حوّلت وعيي للداخل وبرمشة عين لم أتمكن من الإحساس بالبرد على الإطلاق. فغمرني فرح عظيم وبين الحين والآخر رأيت جسمي وكل ما حولي يذوب في نور واحد. كنت أبصر الأشكال من حولي إن ركزت عليها وكان العالم يتلاشى إن ركزت على النور. لا يمكن رؤية شيء بدون الوعي. فإن كنت تتمتع بسيطرة تامة على عقلك وتنظر للداخل إلى نفسك سترى ذلك النور الإلهي العظيم، حتى بعينين مفتوحتين.

عندما توجّه نظرك إلى الخارج من خلال العينين يدرك وعيُك العالمَ الخارجي. كل ما في الوجود صورٌ متحركة في فيلم الله الكوني. لقد استطعت أن أرى ذلك اليوم الإحساساتِ والأفكارَ التي كانت أحلاماً بالنسبة لوعيي المنبثق عن الله. كما تمكنت من الإحساس بالفرح النقي دون أية إحساسات على الإطلاق لدى تحويل وعيي إلى الداخل. ومع أنني كنت أجلس في ذلك البرد القارس، مرتدياً بعض ثياب خفيفة، استطعت أن اشعر باختفاء البرد والمناظر وحلول الفرح لا غير. فيما بعد شعرت ببعض الإحساسات أثناء اختبار ذلك الفرح العظيم.

يجب أن نتدرب على الإحساس بالله. ويجب أن لا نقتنع بترديد صلاة قصيرة أو مشاهدة نور بسيط. من يتمكن من التحكم بالغريزة الجنسية تحكماً معقولاً ويقدر على ضبط الحواس إلى حد ما، ويتعقب الله بما أوتي من قوة فسيحصل على اختبار إلهي بكل تأكيد إن كان يمتلك الرغبة في ذلك. وحتى لو كان الشخص من أعظم دعاة الآداب والأخلاق وذا ميول وطباع روحية، فهذا لا يكفي بدون الإدراك الإلهي الفعلي.

يجب أن لا يخدع الإنسان نفسه . وإن كان يتشوق إلى التجربة الروحية عليه بالتأمل الصحيح وبأن يقول لله: "يا رب إنني أعرف نقاط ضعفي، لكنها لن تقف عائقاً بيني وبينك. لا أرغب سوى بالبقاء معك لأنك أنت الذي خلقتني وواجبي الأول هو نحوك."

الحكماء ينصحون المريد بأن لا يعتبر نفسه خاطئاً وأن لا يدعو نفسه باراً ويتكبر، بل عليه أن يدرك أن الله معه وأنه يعمل من خلاله. عندها سيبصر عالماً جديداً. بدون الوعي الإلهي يبدو هذا العالم مليئاً بالصراع والعنف والخيبات المريرة والمريعة. ولا ملاذ سوى ذلك الوعي الإلهي الأسمى.

في ثانية واحدة يستطيع الله استخراج نسخة طبق الأصل لأي شخص غادر هذا العالم بالموت. يجب أن ندرك هذه الحقيقة. يريدنا الله أن نفهم أن هذه الخليقة هي مجرد موكب استعراضي. فإن أخذنا العرض بجدية سنتأذى ولن نستمتع به بعدها، ولن نتمكن من تحمل الحياة بأمراضها وآلامها وأحزانها وأوزانها.

عندما يسبب أي شيء لي ألماً جسدياً أضع عقلي في مرتكز الشعور الروحي في النقطة ما بين الحاجبين فلا أشعر عندها بالألم على الإطلاق. لكنني عندما أركز على موضع الوجع أشعر بوهمية الألم. إن تمكنت من الإحتفاظ بوعيك الروحي فلن تتألم عندما تتعاقب ظلال الحزن الوهمية على شاشة روحك. صلّ لله بغير انقطاع كي يظهر ذاته كحقيقة سعيدة فريدة في كيانك.

الناس يضيعون الكثير من الوقت، ويد الموت تختطفهم الواحد بعد الآخر. غاية الحياة هي التعرف على الله ويجب عدم مغادرة هذا الجسد بدون تحقيق تلك الغاية.

الله يريدنا أن نرتقي بالوعي ونترفع عن ثنائيات هذا العالم، لكنه لن يسمح للإنسان بالخروج الدائم من مصح الأوهام هذا ما لم يشف نفسه من مرض الشهوات.

يجب أن نفعل كل ما نفعله في سبيل الله. فالعمل في سبيل الله يضارع من حيث الأهمية التأمل لإحراز التقدم الروحي.

في الليل، عندما يتأمل المريد على الله يرتفع بالروح ويحس بالإندماج في غبطته. وعندما ينجز أعماله أثناء النهار يجلب معه ذكرى تلك الحالة ويحتفظ بفرحها، وبذلك يبقى على تواصل مع الله، وسيتمكن دوماً من الابتسام والقول: "إن بعض الحزن أو بعض اللذة، أو بعض السلام لا يمكن أن يحدث أي صخب أو هيجان في محيط الغبطة المتجددة دوماً في روحي."

يجب أن نهزأ بأوهام الحياة المخادعة. وأن ننظر للحياة على أنها صور كونية متحركة، دائمة التعاقب ومآلها التلاشي. عندئذ لن نقع تحت تأثير الوهم الكوني. يجب أن نحيا في نعيم الله. عندما نتمكن من الوقوف بثبات ورباطة جأش وسط أحداث الحياة على اختلافها سندرك أن الله هو الحقيقة الوحيدة في الكون. لا يريد الله إيذاءنا لأنه خلقنا على صورته. يجب أن نتوقف عن التفكير بأننا بشر ضعفاء وندرك بأننا نمتلك طاقات كونية هائلة في كياننا بانتظار التفعيل.

عندما يكون الشخص متألماً من السرطان أو من أي مرض آخر لا تكون المسألة لهواً بالنسبة له، ومع ذلك فقد عانى الأنبياء والقديسون الكثير فشفوا المرضى وبعضهم أقام الموتى، وظل فرحهم الإلهي ملازما لهم طوال مراحل حياتهم. وهكذا يجب أن نعود إلى الله بقلوبنا وأفكارنا وتوجهاتنا. لكننا لن نتمكن من الوصول إليه ما لم نؤكد له بأننا نريده قبل أي شيء وعلاوة على كل شيء.

ولا ينبغي أن يسأل الإنسانُ اللهَ لإنه إن فعل فلن يجني سوى الشكوك. لن يتمكن من معرفة نواميسه حتى يتوحد معه. فلماذا يضيع الوقت محاولاً فهم تلك النواميس من الناحية العقلانية وحسب؟

إن كنت تطالع رواية تساء بها معاملة البطل ويبدو الشرير منتصراً وكل فصل يناقض الفصل الذي قبله ستشعر بالخيبة

والسخط على المؤلف. ولكن عندما تطالع الفصل الأخير تشعر بالارتياح وتعتبرها رواية رائعة نظراً لتعقيدها وتشابك أحداثها. وبالمثل فالله هو مؤلف أعظم رواية في الوجود، وتناقضات وتعقيدات الخليقة تصعق أكبر عقل بشري. ولكن عندما نعثر عليه في الفصل الأخير سيطلعنا على الحلول لكل ألغاز الحياة البشرية ولن نشك بعدله وحكمته عندما نحصل على الإجابة منه مباشرة. ويا لروعة ذلك!

الحضور الإلهي يطرد الشكوك والأحزان والمخاوف. ومن يحيا الله في قلبه يخافه الخوف فيهرب منه ويتحرر من الوهم الكوني. عندها سيبتسم ويقول "أخيراً صرت أعرف سر الحياة وخفايا الوجود." ولكن يجب أن لا نحاول المعرفة أولا. يجب أن نحب الله أولا، وعندها سيطلعنا على كل شيء نريد أن نعرفه. عندما يحصل ذلك ستبتسم أيها الصديق ابتسامة دائمة. وأفكارك وكلماتك وكتاباتك وكل ما تفعله سيتشبع بالسرور المشع من تلك الإبتسامة. وحيثما تأملتَ ستترك عبيراً من الإبتسامات، وكل من يزور ذلك المكان سيبتسم مع الله.

تستطيع أن تبتسم على الدوام عندما تحيا في نعيمه الذي لا يمكن التعبير عنه بالكلام لأنه أقدس من أن يُنطق به.

والسلام عليكم

الأثرة والإيثار

ما يبثه أو يبعث به الفرد للآخرين – قولاً وفعلاً وفكراً – سيجذبه إلى نفسه بنفس النوع والمقدار. ماهيته الحقة ستظهر من خلال قسمات وجهه وأفعاله. الآخرون سيشعرون باهتزازاته أو أمواجه النفسية وستكون ردود أفعالهم تجاهه موازية لنوعية تلك الإهتزازات.. سلباً أو إيجاباً.

من ينتهج الأنانية الشريرة درباً، سيحاول الآخرون سلبه كل ما لديه، أما إن كان بخلاف ذلك فسيبدي الآخرون كرماً نحوه وتعاطفاً معه.

لا يمكننا امتلاك كل شيء. ما لدينا قد وهبه الله لنا كي نستعمله استعمالاً مؤقتاً أثناء وجودنا على هذه الأرض. وعاجلا أم آجلا سنضطر للتخلي عن ممتلكاتنا، إما بفعل الحوادث أو السرقة أو التآكل والإهتراء أو الموت. وهكذا عندما نحاول التمسك بأي شيء أو الإحتفاظ به لمجرد امتلاكه، فإننا نخادع أنفسنا.

وحتى هذه الأجسام التي عشنا ونعيش فيها لسنين عديدة سنتخلى عنها ذات يوم. لذلك من الخطأ أن نفرض على النفس الإعتقاد بامتلاك أشياء لا يمكن في الأصل امتلاكها في المطلق. عندما يُعطى لنا شيء ما يجب أن نعلم أنه لنا فقط لفترة محددة، ويجب أن نكون على استعداد لمشاركة الآخرين به.

عندما يطمع الشخص بأكثر مما يحتاجه فهناك مشاكل كبيرة في انتظاره.

الشخص المتواضع الذي يحب الله هو أعظم من الجميع.

الله ليس محتجباً عنا. فهو يتحدث إلينا من الزهور ومن أفكارنا ومن كل الخليقة.

الغرض الوحيد من الوجود هو دفع الإنسان لحل لغزه وإدراك الله من ورائه.

إن الذين يشعرون بالتوافق والانسجام داخل نفوسهم هم على دراية بالتناسق والتناغم في الطبيعة.

ما من شك يجب أن يكون لدينا احتياجات أساسية كالطعام والثياب وبعض الضمان المادي، ولكن في بحثنا عن هذه الأمور يجب أن نتخلص من الإحتياجات غير الضرورية، وبذلك أعني الرغبات الزاعقة والتحرّق لامتلاك أكثر من اللازم.

يجب أن نضع نصب أعيننا أنه في سعينا لتحقيق احتياجاتنا ينبغي أيضاً مساعدة الآخرين فيما يحتاجونه ومشاركة الأقل حظاُ في ما نكسبه

ولنتذكر أننا جزء لا يتجزأ من الأسرة العالمية ولا يمكننا العيش بدونها. كيف ستكون الحياة بدون النجار أو المخترع أو المزارع؟ فمن خلال تبادل الخدمات والخبرات يريدنا الله أن نفكر بالآخرين، إذ من الخطأ الفادح أن يعيش الشخص لنفسه فقط.

عندما نفكر بسعادتنا يجب أن نفكر أيضاً بإسعاد الآخرين. ليس ضرورياً أن نتخلى عن كل شيء في سبيل الأسرة العالمية، لأن ذلك مستحيل. ولكن يجب أن نتعاطف مع الآخرين وننظر إلى حاجياتهم كما لو كانت حاجياتنا الخاصة. الله يريدنا أن نعطي لبعضنا مثلما نأخذ من بعضنا. فالآخرون هم ذاتنا الكبرى. لكن الشخص العادي لا يفكر إلا بنفسه أولا وآخراً.

لا شك أن حب البقاء غريزة قوية. لكن العالـَم يضخـّم ذلك الإحساس بنا ويوحي لنا بضرورة التمسك بكل ما هو لنا. ولكن يجب أن نتذكر أن عباد الله هم عيال الله وأننا كلنا أخوة على هذه البسيطة.

لقد وهب اللهُ الإنسانَ عقلاً وتصوّراً بواسطتهما يحس بالجوع والبرد، ويجب أن يدرك أن هناك آخرين من حوله يحسون أيضاً بالجوع والبرد مثله. فعندما نبحث عن راحتنا يجب أن نحاول أيضاً مساعدة الآخرين ليحصلوا على الراحة. وبما أننا لا نحب الألم والمعاناة يجب أن نمد يد العون للمعوزين من حولنا كي نخفف معاناتهم ونبدد شقاءهم. فهم يتألمون مثلنا وبعضهم قد يتألم أكثر منا.

إن اقتصر تعاطف الشخص على أهله وأصدقائه دون سواهم فإنه يقيّد نفسه فتهرب السعادة من حياته لتحل محلها المشاكل غير المتوقعة.

يجب أن نكون على أهبة الإستعداد لمساعدة الغير على قدر استطاعتنا، وأن نفرح بتقديم العون لمن يعبر طريقنا. ويجب أن لا نعتبر ذلك تضحية منا لأننا إن فعلنا تصبح المساعدة عبئاً. بدل ذلك يجب أن نشعر بفرح باطني لأن العطاء مغبوط وهناك لذة يعرفها من يحاول مساعدة الآخرين مادياً ومعنوياً، ويجبر خواطرهم.

لو أن العالم تخلى عن الأنانية الشريرة لرأينا الجنة على هذه الأرض.

إن بذور الحرب تكمن في قلب الأنانية الشريرة. الإنسان البدائي استعمل أول ما استعمل الهراوات الحجرية (الطبشات) ثم تطورت فيما بعد إلى القوس والنشاب لحماية أنانيته من أنانية الآخرين. بعد ذلك تم اختراع البنادق والمسدسات ثم الرشاشات ومن بعدها القنابل والغازات السامة - كل ذلك لحماية أنانية مجموعة من البشر من أنانية مجموعة أخرى.

نتيجة للأنانية المقيتة تندلع الحروب ويتضعضع الميزان الإقتصادي ويحل الركود ثم الكساد.

لقد نمَت إمكانات الإنسان الهدّامة وتطورت أكثر من إمكاناته البنـّاءة. إن هذا الدُمّل الخبيث – دُمّل الأنانية الشريرة – سيُفقأ في نهاية المطاف. ولكن للأسف ستفنى أجسادٌ كثيرة قبل أن يستيقظ الإنسان ويدرك أن الأنانية القومية لا تقل شراً عن الأنانية الشخصية. فالأمة تتكون في الأساس من مجموعات صغيرة وتلك المجموعات تتكون من أفراد، ويجب أن يبدأ الإنسان بنفسه.

الحدود بين الدول غير ثابتة، وحكومات العالم تخضع للتغير المستمر.

الأنانية التي تنشد السعادة دون اعتبار لحقوق الآخرين وسعادتهم، أو التي تدوس على حقوق ومصالح الآخرين لأغراضها الخاصة تولـّد الفقر والتعاسة والشقاء.. والإثراء على حساب

الغير هو خطأ فادح. العظماء ينادون بالإيثار المبني على الرغبة الروحية الصادقة في المشاركة والعطاء.

الشيوعية التي ظاهرها يعِد الجماهير بالوفرة والرفاهية لن تنجح وستنهار يوماً ما لأنها قائمة على الإكراه وقمع الحريات الشخصية (ملاحظة: هذه المحاضرة ألقاها المعلم برمهنسا سنة 1937 وقد تحقق بالفعل ذلك الإستنتاج!)

إن اهتم الإنسان بيديه ورجليه فقط وأهمل رأسه فلن يعمل الدماغ لتوجيه المهارات الحركية. يجب تنسيق كافة فعاليات الجسم. وبالمثل فإن الأدمغة (ذوي الحل والعقد) في الأمم والمجتمعات يجب أن يعملوا بتنسيق مع اليدين والرجلين (العمالة) لإنه إن تضاربت المصالح سيختل النظام وتعمّ الفوضى وتحدث معاناة جراء ذلك.

في العالم معلـّمان اثنان. من يتخذ الله هادياً ومرشداً لا خوف عليه. ومن يتخذ الشيطان رائداً وقائداً سيعاني الأمرّين.

الكلمة المفتاحية بالنسبة لمعظم الناس في هذه الحياة هي "أنا". ذو الطباع والميول الروحية يفكر بالآخرين مثلما يفكر بنفسه. الذين يفكرون فقط بأنفسهم يجلبون لأنفسهم عداوة وسخط الناس من حولهم. أما الذين يراعون مشاعر ومصالح الغير فيجدون أن الآخرين يفكرون بهم ويراعون مشاعرهم.

إن كان هناك مائة شخص في بلدة ما، وكل واحد يريد أن يأخذ من الآخر فسيكون لكل واحد تسعة وتسعون خصماً. أما إن كان كل واحد يحاول مساعدة الآخر فسيكون لكل واحد تسعة وتسعون صديقاً.

لقد عشت بتلك الكيفية ولم أفقد شيئاً بإعطاء ما لديّ للآخرين. بل كل ما أعطيته عاد إليّ مضاعفاً من فضل اللهً. والآن لا أتشوق لشيء لأن ما أملكه في أعماقي أكبر وأثمن من أي شيء يمكن أن يمنحه لي العالم. ما يجدّ الإنسان في طلبه هو تحقيق السعادة، ومتى امتلك السعادة تنعدم الحاجة إلى الظروف الموصلة إليها.

ليس لديّ حساب في البنك لأن ضماني في هذا العالم هو مشاعر الناس الطيبة نحوي. لا أؤمن بأية ضمانة أرضية أخرى. إن تمكن المرء من العيش في قلوب إخوانه وأصدقائه فهذا هو الغنى الحقيقي.

عندما نكون إيثاريين نصبح سعداء. وإن انتهجنا هذا السبيل سيتأثر الآخرون من حولنا بسلوكنا ويحاولون محاكاتنا. يجب التخلص من الأنانية التي هي علة كل الشرور الفردية والقومية.

الإيثار يمدد الوعي

عندما تبعث بنوايا الخير إلى الآخرين يتمدد وعيك. وعندما تفكر بجارك ينطلق جزء من كيانك مع ذلك التفكير. لكن التفكير وحده لا يكفي، بل يجب أن نكون على أهبة الإستعداد لوضع التفكير قيد التطبيق.

في الزواج درسٌ من دروس الإيثار. شخصان يحاولان مقاسمة العيش مع بعضهما. ثم يأتي الأولاد فيقاسمهما الأبوان ما لديهما. ولكن التفكير فقط بالأسرة الصغيرة وحدها دون سواها (أي أنا وأنت أو نحن وبَسّ) هو ضرب من الأنانية. سيأتي الوقت الذي به يفارقنا الأحبة وتلك سنة الحياة. وهذا مذكـّر لنا بأن غاية الإنسان هي توسيع حدود وعيه من خلال العمل من أجل الآخرين ومشاركتهم نعم الحياة.

الإيثار يجلب لصاحبه خيرات كثيرة وسعادة كبيرة، لأنه بالإيثار يصون المرء سعادته. غايتي هي إسعاد الآخرين لأن سعادتي هي من سعادتهم.

لا يمكننا تذوّق طعم الإنجاز ما لم نشمل الآخرين بسعادتنا. لا أقصد هنا أفراد الأسرة وحسب، بل كل الناس. يجب أن نفكر بالآخرين ونساعدهم على قدر طاقتنا. هذا لا يعني أن نفقر أنفسنا، بل أن نبدي اهتماماً ودياً صادقاً نحو الآخر ورغبة في

المشاركة. ويجب أن نطبق مبادئ الحق على أنفسنا أولا. لا يمكننا تعليم الإيثار للآخرين إن لم نكن إيثاريين. إن بدأنا بأنفسنا نصبح قدوة طيبة للآخرين.

لقد كرّستُ حياتي لخدمة الآخرين ومنفعتهم. تنقلت كثيراً وحاضرت جماهير غفيرة. لكنني أعلم أنني أقدم خدمة أفضل للآخرين من خلال كتاباتي وتعاليمي.

الحشود تأتي لتستمع إلى المحاضرات وليس بالضرورة محبة في الحقيقة. الناس يأتون لبعض الإلهام والراحة الروحية. لكنني أريد نفوساً باحثة عن الحق، مُحبة لله. لهذا السبب ركزت وأركز على ضرورة التأمل على الله.

كل الباحثين الجادين والمثابرين في سعيهم الروحي ستتكلل مساعيهم بالنجاح إن واصلوا السير برغبة واجتهاد.

يجب أن نحب الله من كل قلوبنا وأفكارنا ونفوسنا وقوتنا، وأن نحب جارنا كنفسنا.

وما هو المقصود من محبة الله من كل القلب والفكر والنفس والقوة؟ القلب يعني الشعور، والفكر يعني التركيز والنفس تعني التناغم الروحاني العميق في التأمل، والقوة تعني التوجه بكل طاقتنا إلى الله. وهذا يعني محبة الله بكل الشعور وبكل التركيز في التأمل وبإعادة توجيه طاقة أو قوة الحياة من المادة إلى الروح وتحويل الإنتباه من الجسد إلى الله.

لا يمكن محبة الله بدون تأمل، لأنه بالتأمل فقط يمكننا أن ندرك طبيعتنا الروحية كنفس مرتبطة ارتباطاً أزلياً أبدياً بالله الذي خلقها على صورته.

يجب أن نبني في نفوسنا عرشاً لمحبة الله السامية. لا يوجد ما هو أهم من ذلك في الحياة. ما من طموح أسمى من محبته والتحدث عنه وتبصير الآخرين بالتعرف عليه. لا أريد شيئاً آخر من الناس غير ذلك.

من دواعي سروري مقاسمة تجربتي الروحية مع الراغبين الصادقين. ولا شيء يفرحني كالتحدث إليهم عن الله ومساعدتهم في ملامسة حضوره.

رائع أن نحب الله وأن نحب عباد الله. ومتى عثرنا عليه نشعر بحبه في الجميع. لا توجد قوة أعظم من قوة المحبة في الكون.

إنني أبصر الرب الأسمى متربعاً على عرش السموات والمحيطات وعلى عرش وعيي. أراه حاضراً في كياني وفي نفوس الجميع.. وأعانقه في كل صوره وأشكاله اللامتناهية في الخليقة.

الإنسان منهمك في بحث دائم عن ذلك "الشيء الآخر" الذي يأمل في أن يجلب له سعادة تامة ودائمة. بالنسبة لتلك الأنفس التي بحثت عن الله وعثرت عليه فقد انتهى البحث لأن الله هو ذلك "الشيء الآخر."

والله يبارككم والسلام عليكم

الأرواح والأشباح
حقيقتها وماهيتها

هناك كل أنواع القصص والحكايات عن الأرواح والأشباح والعفاريت راصدة الكنوز والسحرة والغيلان آكلة الجثث ومصاصة الدماء. أما عدد الأشخاص الذين أكـّدوا بأنه حصلت لهم اختبارات مع هذه الكائنات فليس بالقليل.

ومن الحالات العديدة التي عُرضت عليّ فإن معظم الأشخاص المعنيين كانوا يعانون من تصورات ذهنية حادة. أحد هؤلاء كانت امرأة قرأت كتاباً عن كائنات جهنمية مصاصة للدماء، وكانت تصوراتها في غاية الوضوح لدرجة أنها كانت تشعر أن غولاً كان يمتص دمها كل ليلة. غير أنها كانت تتعافى كلما زارتني، لكن فكرة وجود غول ليلي كانت مترسخة في ذهنها لأن المرض كان يعاودها من جديد. لقد ماتت قبل أوانها إذ قضت عليها أفكارها الذاتية.

لقد كان الإعتقاد بالسحر منتشراً على نطاق واسع في القرن السادس عشر، ومئات الأشخاص المشتبه بأنهم سحرة اتهموا زوراً بأنهم من حلف الشيطان ولقوا حتفهم نتيجة لذلك. جان دارك شُدت إلى عمود وأعدمت حرقاً لأنها اعتبرت ساحرة.

يوجد عالم آخر هو العالم الأثيري المستتر خلف هذا الكون. سكانه مزملون في أشكال كوكبية قوامها النور. تلك الكائنات أو "الأشباح" هي غير منظورة لأعيننا وعادة ما تبقى محصورة في عالمها مثلما نحن مقيدون بعالمنا المادي. ولو كان من اليسير لذوي النيات الخبيثة من سكان العالم الكوكبي النفاذ بسهولة إلى مستوانا الأرضي قصد إيقاع الضرر بنا لكنا نحيا في هلع وذعر دائمين.

في أرضنا هذه ما يكفي من صنوف الهول والرعب. وبكل تأكيد لا يريد الله أن يضيف إلى آلامنا تدخلات الأشباح والعفاريت!

ومع ذلك توجد بعض الكائنات الكوكبية التي تـُعرف بالأرواح الهائمة. تلك الأرواح مقيدة بالأرض بسبب تعلقات قوية وأنها تشتهي دخول أحد الأجسام البشرية لتستعمله كوسيلة قصد الاستمتاع بالملذات الحسية. تلك الكائنات تكون عادة غير منظورة، ولا قدرة لها على التأثير بالشخص العادي. الأرواح الشريرة تفلح بين الحين والآخر في دخول جسد وعقل شخص ما والإستحواذ عليه. إنما يتم ذلك فقط عندما يكون ذلك الشخص مختل التوازن العقلي، وعندما يكون قد أوهن عقله بإبقائه فارغاً أو غير مفكـّر، مثله في ذلك مثل الشخص الذي يترك سيارته دون إقفال والمفتاح داخل السيارة. والحالة هذه فقد يدخل السيارة أحد المتشردين وينطلق بها.

الأرواح الهائمة هي تلك النفوس التي فقدت أجسادها بالموت وبقيت متعلقة تعلقاً شديداً بتلك الأجسام، ولذلك تحاول بشتى الطرق استعمال جسم أي شخص لتنفيذ مآربها. لكن لحسن الحظ فإن الأرواح الهائمة لا طاقة لها على احتمال الإهتزازات العالية للأفكار الروحية والوعي الروحي. المخلصون من الباحثين عن الله ممن يتفكرون بالله ويتأملون عليه لا خوف عليهم من تلك الكائنات الضالة الضائعة. فالله هو الروح الأعظم

ولا يستطيع أي روح مهما كان شريراً إلحاق الأذى بمحبي الله، المفتكرين به دوماً.

ولكي نتمكن من فهم ماهية الكائنات الكوكبية يجب أن نعرف أنفسنا أولا. عندما خلقنا الله فقد أوجدنا أولاً كوعي. فمن عقله الكلي أبدعنا، ومن هذا المفهوم فإننا كائنات عقلية في المقام الأول. أليس صحيحاً أنه عندما تبتكر شيئاً جديداً فإن الخطوة الأولى هي تصور نموذج لذلك الشيء في عقلك؟ بعد ذلك تستجمع المواد اللازمة وأخيراً تقوم بتجسيد تلك الفكرة. وهذا ينطبق أيضاً على تكويننا وتكوين كل ما في الخليقة. فنحن ذوو طبائع ثلاث: الطبيعة العقلية (الفكرة) والطبيعة الأثيرية (مادة التكوين) والطبيعة الجسدية (المُنتج الكثيف).

الجسم الفيزيقي مكوّن من 16 عنصراً. أما كيف مُزجت تلك المواد الكيماوية للعناصر المادية بحيث أصبح الجسم أداة للعقل فهو أمر يبعث على الدهشة!

بعض الناس يرغبون في شراء سيارة جديدة كل عام. ولكنهم مضطرون للإحتفاظ بموديلهم الجسدي القديم لستين أو سبعين سنة أو أكثر! وحتى عندما يصبح الجسم متداعياً تبقى الرغبة قوية في الاحتفاظ به إلى أن يقول الله "كفى. أخرج من هذا الجسد!" عندها يقفز صاحبه من جسده المتهرئ ليجد نفسه في جسم أثيري قوامه النور والنشاط. فيبتهج إذ يجد أن له القدرة على السمع والرؤية واللمس من خلال جسمه الجديد وأنه ليس به من عظم قابل للإنكسار أو لحم عرضة للأضرار.

عندما يموت الإنسان يتحلل جسده المادي، لكن جسمه الكوكبي يبقى على حالته الأصلية بكاملها.

أين تلك النفوس التي غادرت الأرض؟ إنها تجوب أجواء الأثير. قد تقول "هذا مستحيل" لكن دعنا نقوم بهذه المقارنة:

لو قلت لأحد أفراد القبائل البدائية أن الموسيقى موجودة في الأثير ويمكن التقاطها وسماعها لضحك مني، أو لربما أصيب بالذعر. ولكن إن أحضرت مذياعاً وفتحته على محطة تبث الموسيقى والأغاني فلن يتمكن بعدها من تفنيد قولي. وبالمثل أستطيع أن أبرهن للآخرين أن الكائنات الكوكبية تذرع الأثير فلا

يقوون على النكران. العالم الكوكبي هو هنا، خلف الاهتزاز الكثيف للكون المادي.

لو تسنى للناس رؤية جموع الكائنات الكوكبية في الأثير من حولهم لتملك الخوف العديد منهم ولحاول البعض البحث عن أحبابه المفارقين.

إن ركزت بعمق على العين الروحية تستطيع بالرؤيا الباطنية معاينة العالم المشع الذي به تحيا كل النفوس التي انتقلت إلى العالم الأثيري. في الإنسان يعمل القلب كجهاز استقبال وتقوم العين الروحية بالبث. وحتى إن لم تستطع رؤية أحبابك المفارقين فإن ركزت مشاعرك بهدوء على القلب ستشعر بحضور أولئك الأعزاء عليك الموجودين في أجسام نورانية، المستمتعين بحريتهم من عبودية الجسد.

إنني أرى العديد من الكائنات الكوكبية التي غادرت المستوى الأرضي، لكنها لا تستطيع رؤيتي. لا أجعل نفسي بادياً لها، لكنني أستطيع أن أبصرها إن رغبت بذلك.

إذاً لا نتحرر كليا عندما نفارق الجسد بالموت. فنفوسنا تظل مغلفة في الشكلين اللطيفين الكوكبي (جسم الطاقة) والسببي (جسم الأفكار).

عندما يرتدي الإنسان شكلا جسدياً يصبح كائناً منظوراً في هذا العالم. وبعد موت جسده المادي يبقى في العالم الكوكبي كـ "شبح" أي ككائن غير منظور مزود بالقدرة العقلية وبنفس الذهنية والخاصيات التي تميز بها إبان إقامته الأرضية.

قاطنو العالم الكوكبي يستطيعون بالطبع مشاهدة بعضهم بعضا في أجسادهم اللامعة، لكن الكائنات الكوكبية عادة ما تكون غير مرئية بالنسبة لنا على الأرض ما لم نعرف طريقة النفاذ إلى العالم الكوكبي عن طريق العين الروحية. عندما تنضو النفوس عنها الجسد الأثيري وتدخل الحالة العقلية في العالم السببي لا تتلاشى بالمرة، بل تصبح غير منظورة تماما كما الأفكار غير منظورة.

عندما تتحرر الأنفس من المشتهيات الجسدية لا تحتاج للتجسد ثانية على الأرض. تلك النفوس تتنقل عندئذ ما بين العالم الكوكبي والفردوس السببي، وتظل تتجسد على المستوى

الكوكبي إلى أن يتم التحرر الروحي من تلك الحالة أيضاً. وعندما يتم استهلاك كل الرغبات السببية يصبح الإنسان طليقاً أو نفساً حرة.

إن كان الروح المفارق ما زال لديه رغبات لم تتحقق أثناء الوجود الأرضي سيظل يشعر بتلك الرغبات في العالم الكوكبي ويتشوق للإعراب عن ذاته في جسد مادي. وهكذا فإن ذلك الروح ينجذب ثانية بجسمه الكوكبي إلى خلية (نطفة) مكونة من جرثومة منوية وبويضة ويعود ثانية إلى التجسد كمولود جديد.

ليس من الحكمة أن ينسب الشخص لنفسه أي عجز جسدي بصورة دائمة. لنفرض أن ذلك الشخص فقد ذراعاً في هذه الحياة وأن فكرة فقدان تلك الذراع أصبحت مترسخة في وعيه وأقنع ذاته بأن لا قدرة له على استعمال ذراعه ثانية، فعندما يتجسد في المرة القادمة يجلب معه ذلك الشعور بالذراع المفقودة، وإن كانت تلك الفكرة السلبية قوية بما فيه الكفاية فقد تعيق العمل الخلاق للنشاط الحيوي الواعي الذي يخلق ذراعيّ الجسد الجديد. لهذا يجب أن لا يحقق الشخص ذاته أبداً مع شوائب وقصورات الجسد المادي. ذلك العجز لا يخص النفس التي هي صورة الله النقية الكاملة.

وهكذا ترى أنك قبل أن تتخذ الشكل الجسدي كنت روحاً، وعند الوفاة ستعود روحاً مرة أخرى. إننا أرواح عندما ننام أيضاً، لأننا أثناء النوم لا نشعر بأنفسنا كأجسام مادية على الإطلاق. فما دمت روحاً عندما تكون غافياً، وستكون روحاً بعد الموت، فلماذا تخاف الأرواح؟ هذا ما كنته من الأزل.. روحاً.. ولم تزل.. وهذا ما ستكونه طوال الأبد.

الفارق الوحيد هو أنه عندما تدخل العالم الكوكبي وقت الموت لا تستطيع أن تخلق حسب الإرادة جسداً مادياً كالذي لديك الآن. فقط السادة العظام الذين توحدوا مع المبدع الأقدس يستطيعون ذلك. النفوس المتقدمة روحياً يمكنها تكثيف الإهتزازات الشفافة للمركبة الكوكبية إلى جسد محسوس.

إننا نرهب الموت بسبب الألم وبسبب فكرة التلاشي. تلك فكرة مغلوطة. لقد أظهر السيد المسيح ذاته لتلاميذه في صورة

جسدية بعد موته. ولاهيري مهاسايا عاد بلحمه ودمه في اليوم التالي من مفارقته الجسد. لقد برهنا أنهما لم يفنيا.

(والرسول عليه السلام قال "أصدقكم رؤيا أصدقكم حديثا." و "من رآني في المنام كأنما رآني في اليقظة").

ولئن كانت حالات أقطاب الروح نادرة فيجب أن لا يقال بأن شهاداتهم غير صحيحة.

وأنا شخصياً رأيت معلمي سري يوكتسوار الذي بعث حياً بعد حوالي ثلاثة شهور من موته. (راجع عوالم الروح: حقيقتها وطبيعتها في هذا الموقع).

تقول أسفار الحكمة المقدسة أن النفس البشرية هي في جوهرها انعكاس للروح الإلهي. وأنها لا تعاني أبداً حشرجة الموت أو آلام الولادة، ولا ينعدم وجودها ما دام الوجود قائماً. هذه النفس دائمة الحياة وغير خاضعة للتغيير، لا يمسها التحلل ولا يحيق بها الفناء.

كثيراً ما جذب أحد التلاميذ المرضى القاطنين بعيداً جسمي الكوكبي إليه بقوة إخلاصه ومحبته. إحدى تلك الحالات حدثت هنا لتلميذة اسمها سيفا ديفي. لقد كانت تلميذة شديدة الإخلاص. ذات مرة مرضت مرضاً شديداً لكنها كتمته عن الجميع. وعندما زرتها في المستشفى قالت لي "أرجوك أن تسأل الله كي لا يبقيني في هذا الجسد بعد الآن."

فيما بعد عدت إلى صومعة إنسينيتاس على شاطئ المحيط الهادي وذات صباح شعرت فجأة بالإهتزاز الكوكبي الشفاف لسيفا ديفي وقد جذبت جسمي الأثيري إليها من خلال إخلاصها ومحبتها الروحية. وعلى الفور تسمّر جسدي المادي كما لو أن الحياة قد فارقته. بعد ذلك قيل لي أن سيفا ديفي صاحت فجأة قبل مفارقتها الجسد (سواماجي هنا!)، إذ كانت على دراية واعية بنقلي لها إلى العالم الآخر.

فيما بعد رأيتها بجسم متألق جالسة في أحد صفوفي، تماماً مثلما كانت تظهر إبان حياتها. فلو أن أحداً لمسني آنذاك لتمكن من رؤيتها أيضاً، مع أن الذين يكونون في تلك الحالة من الوعي الروحي لا يسمحون للآخرين بملامستهم.

لقد عبرنا أعتاب الموت وعدنا إلى الحياة مرات عديدة فلمَ الخوف من الموت؟ إنه يأتي ليحررنا. بالطبع يجب أن لا نتمنى الموت ولكن يجب أن نجد به عزاءً – عندما يأتي من تلقاء ذاته - لتخليصنا من متاعب شتى.

الناس يرهبون الموت أيضاً نظراً لإقامتهم الطويلة في هذا السجن الجسدي حتى صاروا يخافون مفارقته. لكن من الحماقة أن يخاف الإنسان.

ما دامت إرادة الله تقضي بامتلاك هذا الموديل الجسدي القديم حتى الموت فعلينا أن نحتفظ به ونوليه العناية اللازمة.

هناك قصة في الهند عن شاب محتضر صاح قائلا عندما سمع نشيج الأسى ولوعة الفراق من حوله:

لا تهينوا روحي بصراخ تعاطفكم..
عندما تنطلق إلى عوالم النور والحب الأزليين.
أنا الذي ينبغي أن أشفق عليكم وأرثي لحالكم.
أما بالنسبة لي
فلا مرض بعد اليوم
ولا عظم حطيم..
ولا حزن ولا آلام مبرحة
لأنني أحلم بالفرح وأعوم في بحر الفرح
وأتنفس الفرح
مديد الدوام!

لا يعرف الإنسان ما سيحصل له في هذا العالم. إنه يعيش وسط المخاوف والقلق النفسي. المفارقون يشفقون عليه ويباركونه من عالمهم. لقد قلت هذا لأم كانت قد فقدت ابنها، وما أن أنهيت الشرح حتى كفكفت دموعها على الفور وقالت: "لم أشعر من قبل بمثل هذا السلام. إنني سعيدة لعلمي أن ابني يتمتع بالحرية. لقد كنت أظن أن شيئاً فظيعاً قد حصل له."

كثيرون من المتقدمين روحياً يستطيعون رؤية أجسامهم الأثيرية.

عندما يرتفع الجسم الأثيري أو يغادر الجسد وقت الموت يرى المفارق جسده ميتاً. ذلك الإختبار بعينه يحدث عندما يتخطى اليوغيون المتقدمون الجسد المادي بالإرادة فيستطيعون مغادرة

أجسامهم والعودة إليها كما يشاؤون. لكن العديد من الأشخاص ممن يظنون أن بمقدورهم فعل ذلك هم واهمون. فمجرد التفكير باختبار ما لا يعنى حدوث ذلك الإختبار. معرفة الطريقة أمر ضروري.

ذات مرة أتى إليّ رجل في نيويورك وأكد لي أنه يستطيع الإنطلاق أثيرياً (من جسده المادي) فقلت له: "لا أعتقد ذلك، حضرتك تتوهم أنك تمتلك تلك المقدرة." لكنه أصرّ على امتحاني له. وافقت وقلت: "حسناً، إذاً انطلق أثيرياً واذهب إلى الطابق الأسفل واخبرني ما يحدث في المطعم هناك."

ظل هادئاً للحظة ثم قال: "يوجد بيانو كبير في الزاوية اليمنى."

كنت على يقين أنه كان يتخيل ذلك لأن تنفسه كان عادياً وكذلك نبضه.

فقلت: "بل على العكس، أعتقد أنك ستجد هناك امرأتين جالستين حول طاولة." فهزأ مني. ثم ذهبنا معاً إلى المطعم فلم يكن من بيانو في الزاوية بل امرأتين جالستين حول طاولة هناك. أخيراً فهم صاحبنا أنه كان مغتراً بأوهامه.

غالباً ما أرى بالرؤيا الكوكبية الباطنية أحداثاً رهيبة لكنها تبدو كفيلم سينمائي بالنسبة لي. لقد كان القصد من العالم تسليتنا لا تعذيبنا أو ترهيبنا. والله سبحانه جعل أفلام خليقته معقدة جداً، ملأى بتناقضات الخير والشر.

يجب أن ندرّب أنفسنا على فهم طبيعتنا الروحية المحتجبة. ولكن لا سبيل إلى ذلك ما دام الإنسان يحصر كل تفكيره بالجسد على الدوام. الإنهماك المتواصل بالأمور المادية يجعل الإنسان مادياً ويميت به الطموح الروحي. يجب أن نجعل الله الإعتبار الأهم في حياتنا. أما إن خصصنا له المقام الثاني فلن يأتي إلينا ولن نتعرف عليه. مغريات العالم كثيرة ودائمة الحضور على مدار الساعة. ويجب على الراغب في الروحيات تفعيل إرادته وشق طريقه وسط غابة الإغراءات الكثيفة وصولاً إلى الأجواء الآمنة اللطيفة.

الإنطلاق الكوكبي الأثيري يمكن اختباره بصورة واعية فقط عندما يدخل الشخص حالات عميقة من النشوة الروحية بحيث

يتمدد وعيه إلى الإدراك السامي. ومن خلال عينه الروحية يستطيع أن يرى أية نقطة في الفضاء في هذا العالم أو في العالم الأثيري. كما يمكنه أن يتخطى بوعيه عوائق الزمان والمكان. وهناك نفر من المتقدمين روحياً لهم القدرة على تكثيف أجسامهم الأثيرية وحتى المادية في أي مكان. هذه الحالة تدعى الظهور أو التواجد المزدوج bilocation في مكانين أو أكثر في نفس الوقت. في هذه الحالة يكون الجسد المادي في حالة جمود شبيهة بالغيبوبة. وعندما يبلغ المعلم أسمى مراحل النشوة الروحية (مرحلة العلم بالله) يستطيع القيام بكل وظائفه بصورة طبيعية بينما يبقى مستغرقاً في نشوة قدسية.

من يحصّن نفسه بالله لا يقدر أحد على إيذائه ولا خوف عليه ما دام يؤمن بالله ويعتصم بحباله. ولكن عندما يسمح الشخص للأفكار السلبية بالتسلل إلى عقله ويعتقد بأن شخصاً ما يوقع به الضرر فإنه يمنح ذلك الشخص القدرة على إلحاق الأذى به.

افرض أن إنساناً ما يرسل إليك فكرة خاطئة وأنك تتقبل تلك الفكرة، فبكل تأكيد ستتأذى من تلك الفكرة. ولكن لديك القدرة على عدم تقبّل الأفكار الشريرة. لا تخف من أهل الخبث والمقاصد السيئة إذ لا قدرة لأحد على التأثير بك ما لم تكن ضعيفاً نفسياً. فالخوف والإستبقاء على الفكر فارغاً يسمحان بدخول الشر إليه. ولكن عندما تؤكد لنفسك قائلا: "الله معي ويحرسني" فلن يأتيك سوى الخير من أفكار الآخرين. لأنه حتى إن أرسل إليك أحدهم أفكاراً شريرة لن تصل إليك بل سترتد على مرسلها وتلحق به الأذى من حيث يدري ولا يدري. حوّط نفسك بالله واستعن باسمه المبارك الذي هو أقوى قوة في الكون. إنه جدارٌ غير قابل للإختراق وعليه تتكسر كل سهام الشر والإفك والنفاق، وعنه تنحرف كل الأفكار السالبة وترتد مدحورة إلى مَصْدَرِها ومُصَدّرِها!

لا تلقِ بالاً لقوى الأشباح الهائمة والأرواح الشاردة، أو لممارسي السحر الأسود. هناك تجاذبات كونية كثيرة وكبيرة دائمة الصراع والاعتراك في ميادين الحياة. هناك حرب كونية بين

الخير والشر. إنما لا خوف على المؤمنين الصادقين والعاملين بإيمانهم ونواياهم الطيبة لأن الغلبة للخير في نهاية المطاف.

هذا العالم تحكمه كائنات وقوى غير منظورة: الله وأنبياؤه وأولياؤه من جانب، والشيطان وأعوانه وتحالفاته الشريرة من جانب آخر. هناك لعبة شد حبل كبيرة بين الله وملائكته وإبليس وحلفه. لا يمكن صرف المشكلة على أنها محض أوهام. لو لم يوجد شيطان لما استعنا بالله عليه. الشر موجود وينبغي تلافيه بشتى الوسائل والطرق.

عندما خلق الله الإنسان خلق الشيطان أيضاً. إبليس بقوته الخداعية موجود لامتحان الناس. ما لم تصهر النارُ الحديدَ لا يمكن طـَرق الفولاذ ودقـّه. فعندما يحل المرض أو الآلام تذكر أن ذلك امتحان ويجب اجتيازه. يجب عدم التذمر أو الإنزعاج من تلك الامتحانات. كثيرون من ذوي النفوس العظيمة قضوا بفعل أمراض مريعة وقاسوا آلاماً فظيعة. بعضهم كان مصاباً بعاهات خطيرة ومع ذلك حافظوا على إيمانهم وانتقلوا راضين مرضيين إلى الأمجاد العليا.

إن كوكبنا الأرضي من أكثف المستويات. هناك عوالم أفضل بما لا يقاس من هذه الأرض التي تغص بشتى أنواع المتاعب والمضايقات. ومع ذلك فإن الله لا ينسانا من رحمته بل يحاول مساعدتنا بطرق كثيرة للتغلب على آلامنا وتخطي العقبات التي تعترض سبيلنا.

إن الله وملائكته وملايين من الأرواح الطيبة يحاولون توطيد نظام الوفاق المقدس على الأرض. كل ميزة طيبة ومزية نافعة هي من خلق روح طيب، فالأرواح الصالحة ترش على الدوام بذور الأفكار والنوايا الخيرة في تربة عقولنا. ولكن في نفس الوقت فإن ملك الظلام – الشيطان – يخلق بمعونة أتباعه من الأرواح الشريرة تشويشاً ومتاعبَ في العالم. من سِوى الشيطان خلق جراثيم المرض؟ فقد أوجد العديد من صنوف الطاعون، ثم السل الرئوي، وضربٌ آخر فتاك هو السرطان وغيره.. كل الأساليب الشيطانية لتعذيب الكائنات البشرية. لكن الله يلهم العديد من الباحثين لاستنباط طرق جديدة ومفيدة للقضاء على المرض.

المتعة الجنسية هي نظير مخادع للغبطة الإلهية. فعندما يُفصل الجنس عن الحب الأمين ويُستخدم لإشباع الغرائز البهيمية يصبح آلة في يد الشيطان كي يحتفظ بالوعي البشري في أسر الحواس، غير قادر على تذوق الوعي الإلهي.

هناك ثالوث مزيّف ابتكره الشيطان كبديل للنشوة الروحية. ذلك الثالوث هو الشهوة الجنسية غير المنضبطة والرغبة في الخمر والتكالب على المال.

عندما تذوّق آدم وحواء الإحساس الجنسي سقطا من الفردوس، أي فقدا الوعي الإلهي الذي بواسطته كان بمقدورهما الشعور بوحدتهما مع الله في نشوة روحية، ولذلك طردا من جنة عدن. ومنذ ذلك الحين تعيّن على الجنس البشري التناسل بالطريقة الجنسية كباقي المخلوقات الأخرى. المرأة تلد بطريقة موجعة شاقة. بعد ذلك على الزوج والزوجة القبول بما يأتيهما. فإن أنجبا طفلا أنانياً رديئاً تحتم عليهما تربيته. في الأصل كانا يمتلكان القدرة على خلق ما يريداه بقوة العقل كما يفعل الله. سقياً لأيام البراءة الأولى تلك. حقاً لقد كانت أياماً سعيدة ومجيدة.

وبعد كل هذا وذاك.. وفي نهاية المطاف فإن الشيطان نفسه سيتحول إلى أداة في يد الله. الشيطان لا يفي بوعوده للإنسان، ولذلك فإن الشخص المُحْبط والمُخيّب الأمل يتوجه إلى الرب الأمين لمساعدته وتحقيق آماله.

ولكن لا حاجة لأن ننتظر خيبة الأمل كي تحفزنا للتوجه إلى الله. يجب أن لا نضع كل بيض السعادة في سلة واحدة.

يجب أن لا نحصر آمالنا في السعادة في سلة الجسد الهشة وملذات العالم القصيرة الأجل.

دعونا أيها الأصدقاء نصغي لصوت الله متحدثاً إلينا من أفكارنا الطيبة. إن الله وأنبياؤه وأرواحه الملائكية يخلقون هذه الأفكار النبيلة. الشيطان وأعوانه يخلقون أفكاراً ووساوسَ على شاكلتهم.

كلما راودتكم فكرة خبيثة اطردوها غير مأسوف عليها، وعندها لن يتمكن الشيطان من بسط سلطانه عليكم وإلحاق

الأذى بكم. وتذكروا أنكم حالما تفكرون تفكيراً خاطئاً تقتربون خطوة من الشيطان.

الإنسان في حركة متواصلة للأمام والخلف بين الخير والشر.

وللإفلات من هذه الحركة المكوكية يجب الذهاب إلى حيث لا تمتد يد الشيطان وأعوانه.. إلى قلب الله، والسلام عليكم.

الإتزان العقلي وسط المتغيرات

الغربيون يشددون على الراحة الجسدية. فعندما يكون الطقس شديد الحرارة يتألم الغربي في غياب وسائل التبريد، وعندما يكون شديد البرودة يشعر بالمضايقة لعدم توفر التدفئة الاصطناعية. لكن معلمي الهند يلقنون فلسفة ذات طابع مغاير. فهم يقولون أن الحساسية للحرارة والبرودة واللذة والألم تحدث بسبب الإيحاءات الوهمية للحواس المخادعة وبفعل تحقق الإنسان مع حواسه والاستجابة لمتطلباتها التي لا تقف عند حد. لكن الحكيم هو الذي يفلت من قبضة الحواس ويسمو على كل الثنائيات.

العظماء لا يقترحون بأن يهذب الإنسان نفسه لدرجة إلحاق الضرر بجسمه. إنهم بالأحرى ينصحون بالتحرر الفكري من الإحساس بالحر أو البرد عندما يكون الحر أو البرد لا يطاق، وفي نفس الوقت التماس علاج منطقي لتلك الحالة.

تقول الغيتا Gita: "إن المقيَّدين بالملذات الحسية لا قدرة لهم على إحراز الإتزان العقلي اللازم للتأمل، ولا يستطيعون التوحد مع الله عن طريق نشوة الصمادهي Samadhi للغبطة الروحية.

عندما يتمكن الإنسان من عزل نفسه فكرياً عن المضايقات الحسية يجلب لنفسه السلام. وإذ يبقى عديم التأثر بالإحساسات التي تأتي وتذهب يُظهر سكينة الروح الجوهرية التي لا تتغير أبدا. وفي ذلك الوعي الثابت الراسخ يصبح واحداً مع المطلق اللانهائي الممتنع التغيير.

إن الإستجابة الخانعة لشتى الإحساسات الجسدية تضايق العقل والنفس معاً. وإذ تضطرب النفس يفقد الإنسان طبيعته الحقة التي هي الهدوء. الله موجود في أشد مناطق الأرض

حرارة وبرودة. إنه في القطب الشمالي وفي الربع الخالي ولا يتأثر بالحالات والدرجات القصوى لخليقته الأرضية. والإنسان المخلوق على صورته يجب أن يحاول الإقتداء به في تصرفه. لقد وضعنا الله في هذا الجسد الخاضع للحرارة والبرودة واللذة والألم، لكنه يريدنا أن ننظر إلى هذه الإزدواجيات بعين الإتزان العقلي. إنه يريدنا أن نترفع عن الثنائيات على اختلافها. ويجب أن ننمي القدرة والإحتمال دونما تهوّر وعدم تبصّر. عندما لا نستطيع تجنب درجات الحرارة أو البرودة الشديدة يجب أن نفصل العقل عنها. فكلما بذلنا مجهوداً لممارسة ذلك كلما حرر العقل ذاته بحيث لا يمكن للإحساسات غير المرغوبة التأثير سلباً على الوعي أو الشعور.

إن سطح الجلد لا يشعر بإحساسات اللمس، فتلك الإحساسات يتم اختبارها أصلا في الدماغ. لا يستطيع الشخص أن يتذوق أو يلمس أو يشم أو يسمع أو يرى إلا بواسطة العقل. يبدو لنا أننا نختبر الطـَعم على سطح اللسان، لكن في الحقيقة الدماغ هو الذي يسجّل ذلك الطعم. وبالمثل، عندما يصاب أحد أعضاء الجسم بأذى يكون الألم أساساً في العقل وليس في العضو المتضرر. لدينا آلتان للإحساس بالألم: العصب ومادة الدماغ النخاعية، والإحساس يحدث عندما يسمح العقل بالإتصال بين العصب والنخاع. وما لم يعترف العقل بالألم فالألم غير موجود. ذلك هو الإكتشاف الرائع لمعلمي الهند العظماء. عندما يكون الشخص تحت تأثير الكلوروفورم أو المخدر (البنج) لا يحس بالألم لإن الإحساسات لا تصل إلى الدماغ. وفي أطراف الأعصاب توجد شعيرات دقيقة من خلالها تنتقل إحساسات الألم إلى الدماغ. المخدر يحول دون انتقال إشارات الألم تلك.

الدماغ هو الجهاز الحساس للعقل، وكل إحساسات الجسد تـُنقل إلى العقل عن طريق الأعصاب والدماغ. وكون العقل مقترناً بالدماغ فإنه يستقبل تلك الإحساسات ويفسّرها. العقل القوي بفعل التفكير الإيجابي هو قليل التأثر بإحساسات اللذة والألم. إنه على دراية بتلك الإحساسات لكنه ليس مقيداً بها.

لقد مُنح الإنسان الحساسية بغية حماية الجسد. فبدون الشعور قد يصاب الشخص بجرح بالغ أو حرق خطير دون أن

يعرف ذلك. الحيوانات لم تنمِّ هذه المقدرة التي يتمتع بها الإنسان ولذلك فإن إحساسها بالألم أقل، وإلاّ لكانت الفظاعة التي تمارس على الحيوانات باستخدام بعض أساليب القتل والذبح لا تطاق. السرطان البحري يُلقى في الماء الحار، عند درجة الغليان، وهو حيّ!

ولأن الألم واللذة كليهما من خلق العقل، فالألم الجسدي يمكن تخفيفه بممارسة ضبط العقل. عندها يستطيع الشخص أن يختبر إحساساً كمؤشر لوجود حالة غير طبيعية، دون الشعور بالألم. البهاغافاد غيتا تعالج الموضوع بتعمق أكبر. ففرط الحساسية سواء للذة أو الألم يقوّي مفعولهما، بينما الحساسية المخففة تجعل الشخص أقل تأثراً بالألم وأقل خضوعاً واستعباداً للملذات الحسية. لقد درّبتُ جسمي وعقلي كي يصبحا أقل حساسية للمؤثرات فوجدت نفسي متحرراً من المشوشات الحسية. ذلك التدريب هو الطريق للتحرر من قبضة الحواس ومتطلباتها التي لا تنتهي.

أحد الأطباء كان يتمتع بمثل هذه القوة العقلية بحيث تمكن من إجراء عملية جراحية خطيرة على نفسه! طبعاً هذا غير ممكن بالنسبة للعقل المستعبد للتعلقات الجسدية. لكن بالتدريب يمكن أن يصبح العقل قوياً جباراً. فكلما درّب وهذب الإنسانُ عقله كلما تمكن من التحكم به. إن الطفل المدلل أو (المدلـّع) يتألم جداً لمجرد أذى طفيف يلمّ به، في حين قلماً ينكمش الطفل المدرّب على التحمل والجلـَد أو ينكص ألماً أمام إصابات خطيرة.

ومن هذه الناحية فإن منهاج التدريب الذي يقول به معلمو الهند العظام يختلف كلياً عن نظيره الذي يُدرَّس في الغرب. معلمو الهند الروحيون يدربون تلاميذهم على تحرير أنفسهم تحريراً تاماً من الإستعباد للجسد وإحساساته. إن وسائل الراحة المستنبطة في الغرب تشجع على تدليل الجسد، ونتيجة لذلك فإن الجهد المبذول في تنمية القدرات العقلية هو ضئيل وهزيل للغاية. في الهند نتعلم (في صوامع مرشدينا) كيفية القضاء على سلطة الحواس في مهدها حتى لا نصبح عبيداً لها. في مدرستي في مدينة رانشي بولاية بيهار كنا نجعل الصغار ينامون أحياناً على

حصائر صغيرة على الأرض القاسية، فنشأوا أصحاء أقوياء جسدياً وعقلياً.

الغربيون متعودون على وسائل خارجية عديدة من أجل الراحة والنوم المريح. في الهند كنا نجلس على الرمل الساخن قصد التأمل. وبالتدريج استطعنا الجلوس في الحر طوال اليوم، وفي البرد بالمثل. ونتيجة لهذا التدريب حصلت على مقدرة عقلية كبيرة بحيث لا يقوى شيء على تعكير وعيي أو التأثير به. عندما أفصل عقلي عن الحواس لا يزعجني شيء على الإطلاق.

منذ سنين كان الطقس حاراً للغاية، والكل كانوا يلهثون. وعن طريق الترابط العقلي انتقلت إليّ مضايقاتهم بحيث لم أتمكن من تركيز الفكر وكتابة بعض المقالات. ثم عنفت نفسي قائلاً "لمَ كل هذا؟" وصليت لله:

"يا رب إن نفس الكهرباء تصنع الحرارة في الفرن والجليد في الثلاجة. فالطقس معتدل!"

وعلى الفور أصبح الجو لطيفاً بالنسبة لي كما لو أن طبقة من الثلج أحاطت بجسمي، وأخذت أشعر بإلهام عظيم وكتبت دون أية صعوبة.

في مرة أخرى منذ سنين، كنت أقوم برحلة عبر الولايات في سيارة تجوال مكشوفة بصحبة مجموعة من الشباب من طلاب معرفة الذات، وكان أحدهم سكرتيري. هو وأنا نمنا في السيارة وتقاسمنا بطانية صغيرة. الليل كان قارساً لدرجة التجمد. فعندما غطيّت في نوم عميق سَحبَ عني الغطاء، وعندما استيقظت جزئياً سحبت البطانية عنه بصورة لا شعورية! هذا استمر لبعض الوقت. من ثم قال عقلي: "لماذا تتصرف بهذه الكيفية؟ كل شيء تمام. إنك دافئ!"

عندئذ ألقيت البطانية عني ثم جلست ورحت أتأمل فأصبح جسمي كالرغيف الساخن. أما التلاميذ فلدى استيقاظهم بعد ساعتين وهم يرتجفون من البرد وجدوني عديم الحركة. لقد كنت مستغرقاً في النشوة المقدسة، فظنوا أني قد فارقت الحياة وأيقظوني من الإنخطاف الروحي بصراخهم، لكنني ابتسمت وقلت: "لمَ كل هذا الضجيج يا شباب؟ هيا بنا نواصل رحلتنا." فاحتجوا قائلين: "لقد كنت جالساً في الزمهرير والبرد المرير

دون معطف أو حِرام!" ومع ذلك لم أصب بالزكام. وأنا الوحيد الذي كنت دافئاً!

ما ينبغي عمله هو تدريب العقل كي يصبح أكثر إيجابية. فإن صممتَ على أنك لن تصاب بالبرد أو الزكام تصبح احتمالية إصابتك بالزكام قليلة. كما ينبغي تدريب العقل أيضاً للتغلب على الألم. الحساسية العقلية تضخم الألم، وتضخيم الألم معناه تناسي صورة الله في النفس.. تلك الصورة المقدسة التي لا تـُقهر أبدا.

قال حكماء الهند القدامى أن كل العادات يبتدئ تكوينها في الإنسان في سن الثالثة. ومن العسير جداً تغيير تلك العادات بعد أن تكون قد رسخت وتجذرت في تربة الوعي. فإن كانت أسرتك وبيئتك قد خلقتا في عقلك ما تحبه وما تكرهه فقد تلازمك تلك الإنطباعات مدى الحياة. إن أول ما تعلمته من مرشدي الحكيم سري يوكتسوار هو التغلب على الأهواء النفسية فيما يتعلق بالإحساسات. فعندما ذهبت إليه لأول مرة قصد التدريب كنت أصاب بالزكام إن لم أستعمل بطانية دافئة في الطقس البارد. لكن معلمي علمني كيف أستعمل قوة العقل للتغلب على تلك الفكرة. ونتيجة لذلك تحررت من التعرض للزكام الذي رافقني منذ الطفولة ولغاية الحصول على تدريب المعلم!

بعض الناس يقولون أنه يتوجب علينا الإعتماد على العقل فقط. آخرون يعتقدون أنه ينبغي لنا إشباع الحواس. كلتا الحالتين متطرفتان.

طبقاً لإحدى النظريات يستحسن الحصول على فحص طبي بانتظام للتأكد من صحة وسلامة الجسم، تماماً كفحص السيارة من حين إلى آخر. هذا أمر منطقي. لكن الإنسان ليس آلة. فإن كانت حالتك النفسية الصحيحة تتوقف على حالة الجسد فعاجلاً أم آجلاً سيصبح العقل رهينة لمتطلبات الجسد بحيث لا تنفع أنواع وكميات الأدوية ووسائل العلاج الجسدي الأخرى. هذا يفسر إصابتنا بالأمراض المستعصية. لقد أصبح الوهن الجسدي مستحكماً لأن العقل رفض أن يكون سيد الجسد.

من الأفضل الإعتدال في البداية. فإن أصبتَ بجرح طفيف ضع قليلاً من اليود عليه ولكن لا تعتمد اعتماداً كلياً على الدواء. اتخذ الإحتياطات المعقولة المناسبة إلى أن تستطيع الإعتماد

تدريجياً أكثر فأكثر على العقل. المعلمون العظام أنفسهم استخدموا الأدوية المصنوعة أصلاً من أعشاب ومواد كيماوية خلقها الله. الأدوية والعقاقير ليست ضرورية للمعلم الروحي، لكن لكي يبرهن أن قوة الله تعمل في طرق لا تحصى فقد يختار أحياناً استخدام بعض المستحضرات الطبية. وعلى أية حال فإن الظـَفر يكمن في قوة العقل. فعندما تتوصل إلى القناعة التامة بأنه يمكنك الإستغناء عن كل الأدوية دون أي تأثير سيء تنتصر وتكتب لك السيادة على الجسد.

ذات مرة أصيب أحد المعلمين بكسر في ذراعه وسمح بمعالجتها وتضميدها. وعندما أتى أحد الأثرياء لزيارته بعد فترة قصيرة من الحادث ظن التلاميذ المتوجسون خوفاً أن الزائر سيخيب ظنه لدى رؤية ذراع المعلم في حمّالة اليد (معلّقة في رقبته). فقال المعلم للزائر: "كما ترى (شوفة عينك)! ذراعي مكسورة وأحس بالألم.. والتلاميذ يتصورون أنك لدى رؤية ذراعي المكسورة ستحسب أن الله قد تخلى عني ولم يعد يهتم بي، فلا تلق بالاً لهم."

وفي مرة أخرى كان نفس المعلم ينشد لله في حالة نشوانية سامية عندما سقط على كومة قريبة من الفحم المتوهج، ومع ذلك واصل غناءه. وعندما رفعه التلاميذ وجدوا أن بعض الفحم الحي قد التصق بظهره ويشوي لحمه، فذعروا من ذلك المشهد المريع، لكن المعلم ابتسم وقال بهدوء "طيب انتزعوا الفحمات بدلاً من كل هذا الارتباك!" ولم يشتكِ من أي ألم. ذلك هو الترفع العقلي الذي يثبته المعلمون. وفي هذه المناسبة برهن المعلم أنه كان بالفعل فوق الألم. أما في المناسبة الأولى فقد أظهر أنه كان متأثراً بالألم لكنه احتمله بصبر وتواضع.

يجب اتخاذ موقف حازم من الجسد ومتطلباته. تقول الأسفار المقدسة أن أفكار الحرارة والبرودة واللذة والألم تنجم عن ملامسة الحواس لمولـّدات تلك الأفكار أو الإحساسات. لكن تلك الأفكار والإحساسات محدودة ببداية ونهاية. إنها عابرة زائلة في طبيعتها فينبغي احتمالها بصبر وأناة. لماذا التأثر بقليل من البرودة أو الألم. يجب تنمية شجاعة نفسية أكبر بتهذيب العقل

على التحمل إلى أن يتمكن أخيراً من الترفع عن كل ضروب الألم والمتاعب الأخرى.

الجسد هو مجرد قفص مكسو باللحم، به يعيش طائر الحياة لفترة زمنية محدودة. الحياة بذاتها متحررة تماماً من الجسد، لكن الحياة أصبحت مرتبطة ومقترنة بحالات الجسد المحدودة المقيّدة، ولهذا فإنها تتألم.

أثناء ساعات اليقظة تكون على دراية بالإحساسات الجسدية. أما أثناء النوم، عندما يكون عقلك متحرراً من الجسد لا تكون على دراية بتلك الإحساسات، بل تشعر بسلام عميق.

وكون الإنسان مخلوقاً على صورة الله فباستطاعته العيش في الجسد منفصلاً كلياً عن الإحساسات الجسدية. لكنه بدلاً من ذلك يأخذ على عاتقه حالات الجسد ويجعلها حقيقية أكثر من اللزوم.

للتحرر من الإحساسات يجب أن يفصل الشخص نفسه عقلياً عن الجسد. لهذا ينصح القديسون بالترفع النفسي عن أحاسيس اللذة والألم معاً، وهذا لا يتم إلا بالممارسة. لقد برهنت هذه الحقيقة لذاتي وأعلم أن الحساسية المفرطة تنطوي على أضرار كثيرة. إن الاستجابة الصاغرة لمتطلبات الحواس هي علة كل ألم وشقاء. الله لم يكتب علينا التألم والمعاناة. لقد خلق المدركات الحسية كي تهدينا وتسلينا، وأرادنا ويريدنا أن نستخدم الآلة الجسدية بحكمة لا أن نرتبط بها لدرجة تجعلنا تعساء أشقياء. إن أحب إنسانٌ حيواناً أليفاً بتعلق كبير فإنه سيتجاوب مع إحساسات ذلك الحيوان، مع أنه غير مرتبط جسدياً بالجملة العصبية به. وبنفس الكيفية فإن آلامنا الجسدية ناجمة عن التعلق النفسي الكبير بالجسد.

يجب أن يحرز العقل سيادة أكبر على الجسد. رائع أن يتمكن الإنسان من العيش بقوة العقل لأن العقل يستطع فعل كل ما تطلبه منه. وما هي الطريق للإعتماد أكثر فأكثر على العقل؟ بتعويد النفس تدريجياً على الحرارة والبرودة، على النوم على فراشٍ قاسٍ، وعلى التقليل من الإعتماد على وسائل الراحة المألوفة.

أثناء تحدثي كنت ساهياً تماماً عن درجة الحرارة المرتفعة اليوم، ولكنني لمجرد ذكر الحرارة أخذت أشعر بها.

ذات مرة كنت أحاضر في طقس حار للغاية. إضافة إلى ذلك فقد ازدادت الحرارة داخل جسمي، مثلما تزداد كلما أحاضر في الروحيات. وقال عقلي: "لا تستطيع إكمال المحاضرة دون أن تمسح وجهك الذي يتصبب عرقاً."

تحسست جيبي بحثاً عن منديل لكنني لم أجده. عندها نظرت إلى العين الروحية وأوحيت إلى عقلي: "لا يوجد حر على الإطلاق." وعلى الفور تلاشى الشعور بالحر الخانق وواصلت المحاضرة بهدوء واستمتاع ببرودة ملطفة.

مارس هذه الأشياء بنفسك وتأكد ما إذا كان ما أقوله صحيحاً أم لا. باستطاعتك مضاعفة الألم بالحساسية وتخفيفه بالتحرر العقلي. عندما يتوفى عزيز علينا فبدلا من الحزن المفرط يجب أن نتيقن أنه ذهب إلى مستوى أرقى تلبية للإرادة الإلهية وأن الله يعلم ما هو أفضل له. يجب أن نشكر الله على تحريره ونبعث له بأفكار المحبة والأماني الطيبة سائلين الله أن يتقبله ويبسط عليه رحمته ورضوانه في دار الخلود حيث لا خوف عليهم ولا هم يحزنون.

من الطبيعي أن نفقد أحبّاءنا المفارقين وإلا لما كنا بشراً. لكن مشاعر الحزن تؤثر بهم سلباً وتبقيهم أقرب إلى المستوى الأرضي من السماوي. الكآبة المفرطة تمنع النفس المفارقة من التقدم نحو سلام أعظم وحرية أكبر.

إن معظم ساكني الأرض اليوم ما كانوا هنا منذ مائة سنة. آخرون كانوا هنا قبلنا. ونحن أيضاً لن نكون هنا بعد سنين من الآن. سينتهي دورنا وينقضي أجلنا، والأجيال القادمة لن تفتكر بنا، بل سيشعر الناس آنذاك مثلما نشعر الآن أن هذا العالم هو عالمهم، لكنه سيؤخذ منهم ويؤخذون منه الواحد تلو الآخر. لا بد أن الموت ضرورة بشرية وإلا لما سمح الله الرحيم بحدوثه لأي شخص. فيجب أن نعزز ثقتنا بالله وأن لا نخشى الموت.

الذين يرهبون الموت لا يمكنهم التعرف على طبيعة نفسهم الحقيقية. قال شكسبير: "الجبناء يموتون مراتٍ عديدة قبل موتهم، أما الشجاع فلا يذوق الموت إلا مرة واحدة."

الجبان يصرف أيامه في حالة نفسية من الألم والموت البطيء. الشجاع يختبر الموت الأخير وحسب، بسرعة وبدون ألم. إن مات شخص موتاً طبيعياً أو كان متقدماً روحياً فإن وعيه الروحي يستيقظ فور موت الجسد ويجد نفسه في مستوى آخر من الوجود.. مستوى له كل الإحساسات لكن من دون الجسد.

الإدراك مقره العقل. في الموت يسلخ الإنسان عنه جسمه المادي الكثيف الذي هو صورة للعقل من طبقة دنيا وعلة كل متاعب النفس.

هناك نوعان من الناس: الشكاؤون البكاؤون على مساوئ العالم، والمتغلبون بابتساماتهم على مصاعب الحياة.. المحافظون على إيجابيتهم بالرغم من الظروف المعاكسة. لا حاجة لأخذ الأمور على محمل كبير من الجدية. لو كان كل إنسان على قدر أكبر من الإيجابية والإنسجام لكانت أحوال هذا العالم أفضل بكثير مما هي عليه الآن.

في أدغال الحضارة.. في مصاعب وتعقيدات الحياة العصرية يكمن الإمتحان. كل ما يصدر عن الإنسان سيعود إليه إن خيراً فخير وإن شراً فشرّ. من يكره الآخرين سيكرهه الآخرون. ومن يملأ نفسه بالأفكار السلبية والعواطف المتنافرة يدمر شخصيته ويقضي على سعادته بنفسه. إن شعرت بالغضب تمشَّ وعِدّ من واحد إلى خمسة عشر، أو حوّل تفكيرك إلى شيء محبب بهيج. عندما يسيء الغير معاملتك فليس من الحكمة أن ترغب في معاملتهم بالمثل. حينما تكون غاضباً يغلي دماغك وتعاني صمامات قلبك ويصبح جسمك مسلوب الحيوية منهوك القوى. ابعث بأمواج السلام والخير التي تعبّر خير تعبير عن الطبيعة الحقة لروحك، لصورة الإلوهية في داخلك. عندها لن يقوى أحد على خضّك أو تعكير صفوك.

خلاصة القول كل شيء يبدأ في العقل. الخطيئة من خلق العقل. الأطفال الصغار يسيرون عراة دون أي شعور بالخطيئة. كل شيء نقي لصاحب الفكر الطاهر النقي، أما

بالنسبة للفاجر الخليع فكل شيء يبدو سيئاً وشريراً.

(إذا ساءَ فعلُ المرء ساءتْ ظنونهُ وصدَّق ما يعتادهُ من توهّم ِ)

العقل غير المنضبط يخلق الإضطراب في حياتنا. ذوو العقول المستعبدة للحواس هم مشعلو نيران الفتن والحروب وأقطاب الظلم والظلام.

لقد ركـّب الله أرواحنا في هذه الأجساد المزودة بالإحساسات لكي نتمكن من العيش في هذا العالم والإستفادة من تجاربنا وتجارب الآخرين، دون أن نرهن سعادتنا بما يدور حولنا من أحداث ومتغيرات دائمة التقلب والتبدّل. كما يريدنا الله أن نتحكم بمشتهياتنا بدلا من السماح لها بالتحكم بنا وأن نمتلك اتزاناً عقلياً ليس عندما يكون كل شيء باسماً مشرقاً وحسب، بل في صميم المصاعب وخضم المتاعب أيضاً. إن معرفة الذات تمنحنا تلك السيادة.

رقصة الحياة والموت لا تتوقف، لكن الإنسان يمتلك المقدرة النفسية للترفع عن كل الإختبارات الحسية وعدم التأثر بتناقضات الحياة.

بإمكان الإنسان التغلب على نسبيات الحياة إن هو نظر إلى الأشياء والأحداث نظرة متوازنة. وبذلك يُظهر طبيعته الروحية التي لا يقوى شيء على قهرها والنيل منها.

الذين توصلوا إلى هذه المرحلة من الانضباط يعيشون ملوكاً بين الأنام ويتوحدون مع المطلق اللانهائي الذي لا يخضع للتغيير والتبدّل.

إن تعاليم اليوغا الروحية تعالج تفاصيل الحياة بدقة متناهية وتلقن الكيفية التي ينبغي بواسطتها أن يتصرف المرء تحت كل الظروف. الناس مخلوقون على صورة الله لكنهم فقدوا التواصل مع تلك الصورة المباركة وعليهم اكتشافها من جديد في باطنهم.

الذهب الصافي المطمور تحت أكداس التراب يبقى ذهباً خالصاً ويحتفظ بكامل خواصه بالرغم من احتجابه. وللكشف عليه يجب الحفر في التربة والتنقيب عنه حتى يتم العثور عليه. وبالمثل فإن طبقات عديدة من العادات الصلصالية والإحساسات الطينية تغطي النفس الذهبية الشريفة. هذا "الطين" هو علة مشاكل الإنسان النفسية من عصبية وخوف وحقد وحسد وعُقد نقص ونظرات خاطئة وأساس كل الصفات الذميمة الأخرى. وللتخلص من ذلك الطين المهين يجب تنمية حالة نفسية قوية

ومنيعة إزاء الجسد والحواس. التعلق بالجسد تنجم عنه مخاوف شتى. لقد تصورتُ في عقلي كل ضروب الألم وقهرتها جميعاً.

ولكي يدرك الإنسان أنه مصاغ على صورة الله النقية يجب أن يترفع عن الخوف والغضب ويقضى على الحساسية المفرطة. بعض الناس يصعب إرضاؤهم لأنهم مكبَّلون ومثقلون بعادات سطحية وتفاصيل حياتية تافهة. أما صاحب العقل القوي فبإمكانه القول: "باستطاعتي اليوم أن أنام على سرير وثير وغداً على الأرض لأنهما عندي سيّان." وقس على ذلك. هذا الحياد النفسي يدرّب العقل ويجعله يأتمر بأوامرك وينفذ ما تطلبه منه.

العقل أيها الأصدقاء مخادع للغاية. لكن بالتهذيب يتعلم الأدب ويحسن التصرف. عندما تقول "لا يمكنني الإستغناء عن ذلك النوع من الطعام" يردد العقل "الإستغناء عن ذلك النوع من الطعام أمرٌ مستحيل!"

ولكنكَ روحٌ أسمى من العقل. فلو قلتَ "لن أسمح لأي إنسان أو لأي شيء بأن يستعبدني" سيستجيب العقل ما دام الأمر حازماً والإيحاء قوياً. أنت سيد العقل والجسم معاً فلا تكن خادمهما ولا ترقص على أنغامهما.

التحرر من عبودية الحس هي الطريقة الوحيدة للسلام والسعادة. ومهما تكن الأحول والظروف حاول الترفـّع عن كل الحساسيات المؤلمة واجعل نفسكَ سعيداً لأن باستطاعتك ذلك!

تقول نصوص الحكمة الشرقية:

"إن حالة السكينة النفسية التامة التي يتم بلوغها بتأمل اليوغا..

والتي بها تفرح النفس برؤية الذات العليّة ساطعة كالشمس في عز الظهيرة..

حيث تدرك وتتذوق بصيرة ُ الروح الفرحَ الأعظم..

ويبتهج اليوغي بمعرفة السر المكنون.

من يصل إلى تلك الحالة المباركة يهنئ نفسه لعثوره على كنز الكنوز..

ويظل آمناً من غدر الدهر ومفاجآت الحياة.. مطمئناً في ذاته..

تلك الحالة التي تعرف باليوغا.. هي حالة التحرر من الحزن والألم.

فطوبى لمن يسعى لبلوغها بقلب جريء وتصميم قاطع..

وهنيئاً لمن يعثر عليها ويتنعم بغبطتها التي تفوق حد الخيال..

وتعصى على الوصف.."

والسلام عليكم.

التحكم بالغضب

قد يظن البعض أن هذا الموضوع هو خاص فقط للذين "يعصّبون" أو يغضبون. لكن هذه العاطفة هي أعمق مما يبدو منها على السطح. إذ قد يفلح الشخص في التحكم بالمظهر أو التعبير العنيف للغضب، ومع ذلك يحمل في ذاته غضباً متوارياً وغيضاً مكبوتاً. هذا الغضب يتخذ عدة أشكال: سرعة الإنفعال وشراسة الخلق وضيق الصدر ونفاد الصبر والتململ والإستياء والحسد وحدة الطبع والمزاجية والتعاسة.

في الحقيقة ما من أحدٍ إلا ويعاني، إلى حد ما، من مشكلة الغضب، ما لم يكن قد بلغ مرحلة متطورة من الوعي.. مرحلة النشوة الروحية أو حالة النفس المطمئنة.

الغضب – بغض النظر عن شكله – ينجم عن عدم القدرة على تحقيق رغبة ما. ففي غياب الفرح الباطني النابع من تواصل النفس مع مصدرها الإلهي، يحاول الإنسان تحقيق رغباته عن طريق المتع الحسية التي هي في الأصل غير ممتعة بالنظر إلى عدم ديمومتها وتبعاتها غير الصحية في كثير من الأحيان.

تلك الرغبات غالباً ما تولد الإحباط ثم الغضب الذي يقود إلى تدمير الوعي الروحي.

إن أنجع طريقة للتغلب على الغضب هي التعامل مع جذوره المتمثلة في الرغبات. فكلما ازدادت الرغبات كلما تضاعفت الإحباطات. مستحيل تحقيق كل الرغبات لأن المشتهيات لا ترتوي ولا تقف عند حد. وكلما عملنا على تحقيق رغبة ما كلما

زاد تعلقنا بها، وكلما كان تعلقنا قوياً كلما زاد تألمنا لحرماننا من التوصل إلى كل ما من شأنه تحقيق مشتهياتنا وإشباع رغباتنا.

مثال على ذلك لقد وهبتنا الطبيعة الإحساس بالجوع بحيث نعلم عندما يحتاج الجسم إلى غذاء. لكن التعلق يضخـّم ذلك الإحساس ويحوله إلى ألم نفساني. فإن كان شخص يحب الأكل واضطر للإمتناع عن تناول الطعام لمدة ثلاثة أيام - سواء لأسباب صحية أو روحية – فمن الأرجح أن مثل ذلك الصيام سيكون مصحوباً بدرجة من الغضب.

من ناحية أخرى بإمكان البعض الإمتناع عن الطعام لأيام بطولها دون الإنزعاج لغياب الطعام، لأنهم مارسوا ونجحوا في عدم التعلق برغبات الجسد.

عندما نفهم أن الرغبات هي سبب الغضب، نريد معرفة الطرق الناجعة للتعامل البنـّاء مع تلك الرغبات. هناك عدة مقاربات لهذه الغاية:

أولاً: تحقيق الرغبات

بالنسبة للرغبات البسيطة التي لا ضرر منها، الطريقة المنطقية هي تحقيقها. لكن المشكلة تكمن في بزوغ رغبات جديدة جراء تحقيق تلك الرغبات.

والسلام عليكم

التخطيط الدقيق لغد أفضل

إن سرتَ متسكعاً على دروب الحياة بانتظار فرص النجاح فأغلب الظن أن تلك الفرص لن تهرول للقائك ولن تعثر على النجاح. أما إن كنت أنت من يصمم مستقبلك بنفسك ويرسم خريطة غدك بيدك فابشر بتحقيق هدفك لأنك قاب قوسين أو أدنى من بلوغ غايتك المرجوة.

لتصميم ناجح للخريطة يجب أن تقوم أولاً وقبل كل شيء بتحديد الهدف. ما الذي يعنيه النجاح بالنسبة لك؟ وما الذي تريده من النجاح؟ إن كان جوابك: الشهرة والثروة أو تحقيق رغبات مادية أنانية فأنت في الطريق إلى إحباط مريع وفشل ذريع.

إن أكثر الناس فشلاً هم أولئك الذين تتردد أسماؤهم على كل لسان.. أولئك الذين لهم القدرة على شراء ما يحلو لهم ويمتلكون – بحسب المعايير المادية – كل ما تشتهيه نفوسهم، لكنهم مع ذلك لا يمتلكون السعادة! فلمَ السير في نفس الطريق المسدود؟

الشهرة والحظ السعيد قد يكونا حصيلة النجاح الفعلي، لكنهما ليسا لب النجاح، ولا أكثر المزايا أهمية. بل لا ضرورة لهما أصلاً لبلوغ النجاح.

فما هي الغاية إذاً؟ وما الذي ينبغي أن تنشده من الحياة؟ هناك مطلب واحد يستحق البحث والعناء هو السعادة. وهذا يحتم استخلاص كنوز الحياة الكامنة في كل لحظة من لحظاتها لمن يحسن التنقيب ويعرف أين تكمن تلك الكنوز.

واعلم أيها الباحث عن السعادة أنك إن حصرت اهتمامك في يومك..

وإن أغنيت يومك بكلماتك الطيبة وأفعالك النافعة وأفكارك الخيّرة..

فإن يومك سيكون صديقك الأمين وفرصتك الذهبية..

وسيكون جواز سفرك وتأشيرة دخولك إلى غد واعد ومشرق بالنجاح.

وهكذا فإن الخطوة التالية في رسم خريطة غدك هي المراقبة الدقيقة لمحتويات كل يوم من أيام حياتك والإحتفاظ بالنافع والإيجابي منها. أما إن قصّرت في القيام بذلك فعليك عندئذ التوقف مع الذات وإعادة تدقيق الحساب.

ولتحقيق النجاح يجب مراعاة العناصر الحيوية التالية التي لا يمكن بلوغ النجاح بدونها:

عندما تستيقظ صباحاً لا تنط على الفور من الفراش وتباشر نشاط اليوم.

قم بشد وإرخاء الجسم بكامله عدة مرات بحيث تتمكن من إعادة النشاط إليه تدريجياً. وقبل الشروع بالروتين اليومي اصرف بعض الوقت مؤكداً لنفسك بأن هذا اليوم سيكون أفضل أيام حياتك. أقنع نفسك بأنه مهما حدث سيكون يومك كذلك. الإستفتاح بالدعاء والتأمل سيعزز قناعتك ويمنحك القوة التي تحتاجها.

بسّط حياتك. لا تعتمد على مخترعات الإنسان من أجل التمتع بحياتك. إن قيّدت نفسك بمتع زائفة ستصبح عصبياً، مشوش الفكر متقلب المزاج. لا حاجة للإرتباط المتواصل بالتلفزيون والسهرات والمآدب التي أصبحت عادات اجتماعية مستحكمة.

لقد قال أحدهم – ونعم القول قوله – ليس عملنا هو ما يقتلنا بل الكيفية التي نصرف بها أوقات فراغنا! ستحيا سنين أطول – بعونه تعالى - وستتمتع بالحياة أكثر إن قمت بتبسيط حياتك ولم تقيد نفسك بجنازير المجتمع. ابحث عن تلك المتع الموجودة في "الأشياء الصغيرة".

ابذل قصارى جهدك للقيام بالعمل الذي بين يديك على أكمل وجه.

إن كنت غير راض عن عملك الحالي فإن القلق النفسي والأداء العشوائي لن يغيّرا من الأمر شيئاً. حاول التعامل بقدر من الإيجابية مع الظروف مهما كانت وسيحدث واحد من اثنين: إما ستكتشف أنك كنت مضيعاً لفرصة ثمينة، أو سينفتح أمامك فجأة بابٌ جديد على مصراعيه بحيث يمكنك الدخول منه والحصول على عمل أكثر ملاءمة لاحتياجاتك وتحقيقاً لأمنياتك.

الحياة هي عملية متواصلة من الأخذ والعطاء.

فكن متوازنا بحيث لا تأخذ أكثر مما تعطي ولا تتقيد بالعطاء دون الأخذ.

وسّع نظرتك..

أبدِ اهتماماً بأحوال الآخرين وفعالياتهم. انظر إلى أبعد من ذاتك.. إلى عائلتك، وأبعد من عائلتك إلى أصدقائك، وأبعد من أصدقائك إلى كل الناس. العلم يؤكد أنك جزء واحد من كل شامل، فلا تنسَ ذاتك الكبرى.

وازن حياتك..

كل يوم من الأيام يجب أن يشتمل على عمل وراحة وترفيه ودراسة وتأمل. إنك كائن له جسم وعقل وروح. قم بتنمية هذه العناصر الحيوية تنمية متوازنة متناسقة للحصول على الصحة والفعالية والمعرفة.

كن سريعاً في التبسم..

بطيئاً في التقطيب..

مندفعاً للمساعدة..

مستعداً للإنتظار والتغيير، ومتيقظاً للفرص.

راجع الحساب عند نهاية اليوم.

هنئ نفسك على ما أحرزته من تقدم. لن تتغير بين ليلة وضحاها، لذلك لا تخفْ من مواجهة الأخطاء بتصميم أفضل ورؤية أوضح.

وقبل الخلود إلى النوم سلم إلى الله أمرك عالماً أنه لن يتركك وحيداً بل يهيئ لك الفرص ويفتح أمامك الأبواب ما دمت تبذل المجهود وتلتمس منه العون والهداية.

عندما يغلب عليك النعاس وقبل أن تغط في النوم أكد لنفسك أن الغد سيكون أفضل من اليوم بعونه تعالى.

فإن كنتَ مخطـِّطاً دقيقاً.. وبَنـّاءً حاذقاً..

وإن التزمت بتفاصيل خريطتك..

مستحيل أن تفشل!

عندما تحاول اختبار معتقداتك الروحية ينفتح أمامك عالم جديد. المجهود الذاتي ضروري للتعرف على نفسك وعلى الله. قد تشعر أنك متدين للغاية ويكون عقلك راضياً بذلك. ولكن ما لم يقتنع كيانك بأن صلواتك تحصل على استجابة مباشرة فلا يمكن لأي مقدار من الشكليات الدينية تخليصك. وبالرغم من صعوبة الحصول على استجابة الله، غير أن ذلك مستطاع. ولكي تضمن وصولك الفعلي إلى السماء يجب أن تختبر قوة صلواتك حتى تتمكن من تفعيلها.

عندما كنت لا أزال صبياً عقدت العزم على أن صلواتي ستستجاب كلما توجهت إلى الله بالدعاء. ذلك التصميم الراسخ هو الطريق. عندها سيأتي كل امتحان لفلّ عزيمتك وشل إرادتك، لكن قدرة الله في الاستجابة غير محدودة. متابعة الجهود والاستخدام المتواصل للإرادة سيجلبان استجابة الله.

يجب معرفة الطريقة الصحيحة لتركيز العقل. ومن المهم امتلاك الوقت الكافي للخلوة والتأمل على انفراد. الاختلاط الدائم بالآخرين يعيق النمو الروحي. معظم الناس كالإسفنج، يمتصون كل شيء منك ونادراً ما تحصل على شيء منهم. طبعاً من المفيد أن تكون مع الآخرين إن كانوا مخلصين روحياً وأقوياء. وإن كان كل واحد على درايةٍ بقوة وإخلاص وإرادة الآخر يتم تبادل المزايا الروحية النبيلة فيما بينهم.

يجب عدم صرف الوقت في الأشياء التافهة. كثيرون يشغلون أنفسهم بأمور عقيمة، وإن سألت أحدهم عما كان يفعله يجيبك": كنت مشغولاً كل الوقت!" ولكنه بالكاد يتذكر شيئاً من

ذلك "الشغل"! كذلك فإن كثرة اللهو والتسلية توهن القوى النفسية. إن شاهدت كل يوم الأفلام السينمائية فإنها ستفقد جاذبيتها وستشعر بالسأم. فالأفلام هي ذاتها بأدوار مختلفة: عشاق، مغامرات، أبطال، أوغاد..الخ. قد نستمتع بمشاهدة أحداث قصةسينمائية، ولكن الحياة نادراً ما تكون كذلك.

الحياة مخادعة للغاية ويجب أن نتعامل معها على هذا الأساس. وإن لم نتغلب على خداعها وأوهامها أولاً فلن نتمكن من مساعدة أي شخص آخر. في خلوة العقل المركّز يكمن مصنع كل الإنجازات العظيمة. تذكر ذلك. وفي هذا المصنع العجيب انسج أنماط إرادتك باستمرار من أجل التغلب على كل الصعوبات المعاكسة.

درّب إرادتك ومرّنها على الدوام. لديك الكثير من الفرص للعمل في هذا المصنع ليل نهار ما دمت لا تضيّع وقتك ولا تهدر طاقاتك سدىً.

إنني أنسحب في الليل من مطالب الدنيا لأكون مع نفسي، بعيداً كل البعد عن العالم، وحيداً مع إرادتي في خلوتي الروحية، حيث أسيّر أفكاري في الاتجاه الذي أرغبه، وأتخذ القرار في قرارة نفسي . عندما أستحث إرادتي للقيام بالنشاطات السليمة النافعة فإنها تخلق لي النجاح. بهذه الكيفية استخدمت إرادتي استخداماً فعّالاً مرات عديدة. ولكن ذلك لا يتحقق ما لم يكن استخدام الإرادة متواصلا.

أي شعور رائع ستحس به عندما تتمكن من القول ومن التأكيد "إن إرادتي المشحونة بالإرادة الكونية ستحقق لي ما أبتغيه!" إذا تهاونت وأوكلت كل شيء للإرادة الإلهية دون استخدام إرادتك الموهوبة لك من الله فلن تحصل على النتيجة التي تتوخاها. القوة الإلهية تريد أن تساعدك من تلقاء ذاتها. لا حاجة لك للاستعطاف والتودد، بل ما ينبغي عليك هو استخدام إرادتك كي تطلب وتطالب – كوريث شرعي، وكي تتصرف على هذا الأساس. يجب أن تطرد من ذهنك التفكير بأن الله بجبروته وقدراته الخارقة بعيد عنك ومحتجب في أقاصي السماء، وبأنك

وحيد وسط الهموم والمصاعب في هذه الأرض. لا تنس أن الإرادة الإلهية تكمن خلف إرادتك البشرية، ولكن تلك القوة الجبارة الشبيهة بالمحيط الزاخر في مدها ومددها لن تأتيك ما لم يكن العقل متفتحاً والقلب متقبلا.

والسلام عليكم

التغلب على الوسواس

إن الشيطان أو الخداع الكوني يصطادنا دوماً بفخاخه ويوقعنا بشراكه بسبب جهلنا وسذاجتنا فيعرقل بذلك مقاصد الله. الله بقواه الكونية المطلقة باستطاعته القضاء على الشيطان بكل سهولة، لكنه يفضل أن يستخدم الإنسان عقله وإرادته وضميره للإفلات من قبضة الشرير. فكلما اخترنا السعادة الروحية بدلا من الملذات الحسية العابرة فإن الضد المعاند يُجرَّد من قوته السوداء. وهكذا فالأمر عائد لنا ويتوقف علينا في التعاون مع الله للتغلب على إبليس وحبائله.

عندما يكون الشخص متكاسلا أو مهملا متوانياً فإنه يساعد الشيطان في اجتذابه نحوه. السيد المسيح طلب من حوارييه الصلاة "ولا تدخلنا في تجربة ولكن نجنا من الشرير.." وفي القرآن الكريم نقرأ (قل أعوذ برب الناس...من شر الوسواس الخناس..) هذا الوسواس ليس من خلقنا بل يخص عالم المادة وكل الناس خاضعون له. لكن لكي يمكننا الله من تحرير أنفسنا فقد وهبنا العقل والضمير وقوة الإرادة.

إن تحبيذنا للنشاطات الآثمة يعني إلقاء أنفسنا في ضيق واضطراب ومتاعب لا نحسد عليها. عندما نسقط أو ننزلق بسبب أفكارنا الخاطئة فيجب أن نبتهل: "يا رب، لا تتركنا هنا بل انتشلنا بقوة الحكمة والإرادة. وبعد إفلاتنا من قبضة الشر، وإن كنت تبغي امتحاننا، فاكشف لنا أولا عن ذاتك علنا ندرك أنك أكثر إغراءً من أي إغواء وأنك أكثر إمتاعاً للنفس والإحساس من أي غواية أو وسواس."

ما دام الشخص يشعر بأنه غير مستعد لحرمان نفسه من بعض الملذات الضارة بصالحه فإنه واقع تحت تأثير الشيطان، وسيعاني عاجلاً أم آجلاً من النتائج الوخيمة للاستسلام للإغراءات الحسية المؤذية. ولكن إن اقتنع وتيقن بأن التجربة أو الغواية خطيرة ومهلكة له لأنها تمنح وعوداً بسعادة كبيرة ولا تقدّم في النهاية سوى الأسف والندامة وعذاب الضمير فباستطاعته التغلب على الشيطان.

الغواية لها إغراؤها، ما من شك في ذلك. إن قوانا الحسية متجهة بكليتها نحو العالم الخارجي. هناك تيار من الطاقة الحيوية ينساب من الدماغ عبر الأعصاب إلى العينين والأذنين والأنف واللسان والجلد. فالإحساسات التي تختبرها بواسطة هذه الأجهزة هي نتيجة للتيار الطارد المندفع إلى الخارج، ولذلك نستمتع بالشعور. على هذا النحو تعمل الحواس. لكن الإنغماس الزائد بها له محاذيره وأضراره. وما لم يكن الشخص راسخاً في الفهم والمعرفة فإن الطاقة الطاردة (المنسابة نحو أعضاء الحس) تجعله عبداً للحواس.

الحواس الخمس هي عبارة عن ضوء كشاف خماسي الأشعة. وبواسطة ذلك الضوء ندرك ونختبر عالم المادة. وعن طريق الحواس نتعود على الإستمتاع بأشياء محببة للنظر والسمع والشم والذوق واللمس. والرغبة في إحساس ما تصبح في العادةِ عادة متأصلة. المشكلة هي أن معظم الناس لم يحصل لهم أي اختبار للروح الإلهي المحتجب خلف المادة، وهكذا فإنهم لا يمتلكون معياراً للمقارنة بين المدركات الحسية ذات المتعة والإثارة وبين نعيم الروح المحتجب الذي يعصى على الوصف. وما من سبيل للمقارنة ما لم يترفع الشخص عقلياً عن الإثارات الحسية بحيث لا تقوى على استمالته أو التأثير به. والطريقة الوحيدة لتلافي المصيدة هو أن يدرك بالعقل أو بالإختبار الشخصي أنه يوجد بالفعل أفراح ومسرات عُليا.

الأوامر والتوصيات للإمتناع من الممارسة الخاطئة الضارة هي في العادة عقيمة، إذ حالما تطلب من شخص عدم فعل شيء ما فإنه يريد فعله على الفور.

الثمرة المحرّمة شهية وطيبة في البداية لكن (مُرٌ مذاقتها كطعم العلقمِ) في النهاية. ومع ذلك، وبالرغم من كل الآلام التي يختبرها البشر فإنهم لا يعون ولا يرعوون بل يواصلون فعل ذات الأشياء مهما كان ضررها الجسدي والمعنوي كبيراً.

عندما يصبح تحبيذ الاختبارات الحسية راسخاً تستولي العادة على الدماغ وتتحول إلى طاغية مستبد، تأمر صاحبها بإطلاق العنان للأهواء وإشباع الشهوات التي لا تشبع أصلا ولا ترتوي، بالرغم من أن ذلك ينافي صالح الشخص ويتعارض مع مبادئه.

قد لا يرغب المرء بتكرار فعل شيءٍ ما ولكنه مع ذلك يساق إليه سوقاً. حاول أن لا تسمح لنفسك بالوصول إلى نقطة تصبح بها مغلوباً على أمرك.. فريسة للعادات الضارة الضارية ونهباً للخيالات الفاسدة والوساوس الشريرة. يجب أن تكون سيد نفسك وسيد قـدَرَك. لا تسمح لأحد أو لشيء بالسيطرة عليك. عندما تصبح الرغبة في اختبار حسيّ معيّن عادة مألوفة فينبغي وقف تلك الممارسة.

لقد كنتُ مولعاً بشراب شبيه بالليمونادة. وكان بعض التلاميذ يزودوني بذلك المرطب حيثما ذهبت فأجده دوماً في متناولي. ولكن ذات يوم وجدت أن زادي من ذلك الشراب قد نفد فافتقدته، لكني قلت: "يا حضرة المرطب، لقد تخطيت حدودك يا سيد وآن الوقت لأن نفترق، فالوداع!"

في اليوم التالي تناولت جرعة من ذلك الشراب كاختبار متعمَّد، فوجدت مذاقه كريها. والسبب في ذلك هو أن فكرتي في اليوم الفائت كانت قوية للغاية بحيث تلاشت الرغبة فيه على الفور.

إنني لا أفقد شيئاً يؤخذ مني أو أتخلى عنه طواعية. ما من راحة جسدية يمكنها تقييدي. يجب أن نتمكن من اجتياز كل تجارب الحياة دون تعلق أو ارتباط. حقاً أن صاحب ضبط النفس يجول ويجوز وسط الأمور المادية بحواس منضبطة، متحرراً من كل ضروب الهوى، ويصبح صاحب النفس المطمئنة.

لا بأس من امتلاك أسباب ووسائل الراحة ولكن كلما شعر الإنسان بضرورة امتلاك الكماليات غير الضرورية كلما زج بنفسه في سجن العبودية. وعندما تصبح إرادته وتمييزه أسيرين في قبضة التعلقات الحسية المقيِّدة يخسر وعيه الروحي ويعجز عن التواصل مع مستويات الوعي الرفيعة. الأنبياء والأولياء الصالحون عاشوا حياة بسيطة ومع ذلك كانوا سعداء وراضين بطريقة عيشهم. لقد عاشوا سعداء وهم ما زالوا كذلك مع الله في السماء. أما الذين يعيشون تحت وطأة الجهل، خاضعين لضغوط الشهوات، سيظلون على تلك الحال حياة بعد حياة إلى أن يقاوموا الوساوس والإغواءات الأرضية.

(ين بحيث لا يتمكن شيء من إلحاق الأذى بسعادتنا الحقة. إن العواطف النهّاشة للغضب والشره والجشع والطمع والحسد والتهيج الجنسي المفرط والكحول والمخدرات كلها ضارة بصحة الإنسان وعقله لأنها تحول دون تذوقه الفرح الروحي. يجب عدم إساءة استخدام القوى الحسية بالانغماس الزائد إن رغبتَ في أن تكون سعيداً. الإختبارات الحسية غير السليمة..

صُن نفسك في معقل الحكمة لأنه أعظم حمىً. الفهم الصحيح سيجعلك حصيناً لا يقوى شيء على إلحاق الأذى بك. ولكن ما لم يحرز الإنسان الحكمة فواجبه أولاً وقف العمل أو الحافز الضاغط عند هجمة الوسواس، ومن بعدها يمكنه التفكير بالأمر بحكمة وروية. أما إن حاول التفكير أولا فسوف يُكرَه ويتم إخضاع إرادته رغماً عنه لفعل ما لا يريد فعله لأن الوسواس سيبسط سيطرته على العقل ويفقئ عين البصيرة.

في تلك المواقف يجب أن يقول الشخص "لن أفعل ذلك.. المنية ولا الدنية" وأن يترك الموقف أو المكان ويمضي في حال سبيله دون تردد. تلك هي أضمن وأفعل طريقة للإفلات من حبائل إبليس الخسيس. وكلما نمّى الشخص قوة عدم التجاوب هذه أثناء هجمات التجارب الشيطانية كلما تضاعفت سعادته لأن الفرح كل الفرح يتوقف على المقدرة على فعل ما يأمرنا الضمير بفعله وينهانا عن مقاربته واقترافه.

لا تسمح أيها الصديق لبيئتك أو للمشتهيات الحسية بكسر إرادتك أو السيطرة عليك. واعلم أن الفضيلة والعيش الروحي هما أروع بما لا يقاس من الإنغماس الشهواني. قيود الإغراء تكبّل البشر بأيديهم وأرجلهم فلا تسمح لها بتقييدك. لو ابتهلت لله بأن يذيقك حبه ولو لمرة واحدة وتذوقت ذلك الحب الرباني الأسمى لما رغبت بشيء آخر بعده، ولا استحوذت الأهواء الوضيعة على عقلك وقلبك.

عندما تقتنع بأن الله هو الجاذبية العظمى في الكون وأنه أعظم الكنوز فلن يقوى شيء آخر على إغرائك أو التغلب على قوة تمييزك.

التعرف على الله هو أسمى مطمح وأعز مطلب، لأنه السعادة الأبدية التي لا انتهاء لها! يجب أن نريد الله لأنه البلسم الشافي والدواء الناجع لكل آلامنا وأسقامنا، وهو الإستجابة الفعلية لكل احتياجاتنا.

إن كل ما تتوق قلوبنا إليه وتتحرق وتبكي عليه.. من حب وجاه وحكمة وثراء وكل شيء آخر نجده من خلال التناغم الروحي التام مع بحر النعيم والغنى.

الموت سيكون النهاية لدراية المرء بالجاه والشهرة حتى ولو كان أعظم الناس صيتاً ونفوذاً في هذا العالم، ولن يعرف بعدها أن الناس يعبدونه. لكن الأنبياء والعظماء بالرغم من مغادرتهم هذا العالم هم على دراية وثيقة بمحبة المريدين لهم لأن وعيهم متوحد مع وعي الله الكلي المعرفة والحالّ في كل ذرة من ذرات الوجود المنظور وغير المنظور.

فلماذا الكد والكدح للحصول على شيء ستفقده فور مفارقتك هذه الدنيا؟

المال والصيت والهيبة والمقام وإشباع الشهوات والراحة المادية.. كلها أمور وقتية محدودة لا تغني عن السرور الفعلي للتوافق المقدس مع روح الله ونوره.

الإغراء قوي فقط لأن الإنسان لا يمتلك القدرة على مقارنته بما هو أفضل.

عندما تعصف بك رياح التجارب يصبح فهمك أسيراً – مؤقتاً – للرغبات والعادات. ولكن أسمى طريقة للحرية هي أن تكون مغموراً في فرح الله الذي لا ينضب معينه ولا يتوقف مدده، وبذلك ستتمكن بسهولة من الإفلات من القبضة المغناطيسية غير المنظورة للإغراء ذي النتائج الوخيمة، مدركاً أن المسرات الروحية أروع من الملذات الدنيوية وأكثر ملاءمة لطبيعة الروح.

إن عثرتَ على الإبتهاج الحقيقي في هذه الحياة فسوف تمتلكه الآن وما بعد الحياة أيضاً. الخيار خيارك فأيهما تريد أيها المريد: نعيم الله السرمدي الذي يمكنك الحصول عليه الآن بحرمان نفسك من بعض الملذات الدنيوية، أم السعادة الدنيوية التي لا دوام لها؟ عندما ينفتح عقلك على الحقائق العليا ويتفتح قلبك لإشعاعات النور ستعرف الفرق بين الإثنين وستختار الأفضل.

إن كل مجهود تبذله لارتياد الأعالي وارتقاء الذرى الروحية سيلاحظه الله ويثيبك عليه خير الثواب.

لا تفكر أيها الصديق بأنك خاطئ. إنك صورة الله النقية. فما عليك حتى وإن كنت أكبر الخطاة شرط أن تتوب بتغيير المسار الخاطئ وعدم العودة إليه ثانية. إن كنت قد عقدت العزم على المضي في دروب الفضيلة فلستَ من الخاطئين.

وحتى فاعل الإثم الذي يهجر طرقه الملتوية ليعبد الله وحده عبادة صادقة يمكن احتسابه من بين الطيبين. فبفضل تصميمه الروحي سيصبح فاضلا وسينمو بالحكمة والمعرفة ويحصل على سلام قدسي لا انتهاء له ويحظى بحماية الله وأمنه وأمانه.

افتح صفحة جديدة وأكد لنفسك أنك كنت طيباً على الدوام وحلمتَ أنك خاطئ. قلب الله كبير وبابه مفتوح دائماً وأبداً

للمخلصين الراغبين في تغيير مجرى حياتهم نحو الأفضل. الشر هو كابوس فظيع أو حلم مريع لا صلة له بطبيعة الروح النقية.

الغواية هي سم معسول أو عسل مسموم.. شهي المذاق لكنه يسري في الدم ويفري أعضاء الجسم فالابتعاد عنه خير.

إن السعادة التي ينشدها الناس ويفتشون عنها في هذا العالم هي سعادة موهومة لا دوام لها. الفرح الإلهي خالد لا ينتهي طوال الأبد. تشوّق للذي يدوم وكن حازماً في رفض ملذات الحياة ومتعها الزائلة الفانية التي لا بقاء لها. يجب أن تمتلك هذه النظرة. لا تسمح للعالم أن يقتادك خلفه أو يسوقك بعصاه، ولا تنسَ أن الله هو الحقيقة الواحدة. السعادة الحقة لا يمكن العثور عليها إلا في الإحساس بالحضور الإلهي وتذوق فرحه الفائق.

الإنسان غارق في أحلام الجهل، متوهماً أنه يعاني ويلات المرض والحزن والفاقة. عندما كان أحد رجال الله العظام يبتهل ذات مرة صاح فجأة: "لقد كنت أحسب أنني أسكن هذا الهيكل الجسدي لوحدي، لكنني الآن أبصر الكائن الأزلي متجلياً فيه. وهذه الأنا الصغيرة التي لا تعدو كونها صرة من اللحم والعظم هي ليست أنا. المطلق اللانهائي هو الذي يسكن جسدي. فهو ذاتي الكلية وله أرفع ولائي."

تلك المعرفة ستأتي يوما ما لكل مريد مخلص ولن يفكر بعدها أنه كائن بشري خاضع للفناء، رجل أو امرأة. بل سيعلم أنه روح مصاغ على صورة الإلوهية. مملكة الله في باطن الإنسان والروح الأسمى يسكن كيانه.

النفس مقيدة بالجسد بواسطة سلسلة من الرغبات والإغراءات والمتاعب والهموم والمخاوف، وتحاول أن تحرر ذاتها. فإن واصلت شد تلك السلسلة التي تربطها بالوعي الجسدي ستتدخل يوماً ما اليد الإلهية وتقطع تلك السلسلة فتصبح النفس حرة طليقة.

من يرغب في السلام الروحي يجب أن يصون ذاته من الغواية والحزن بالفهم والإستغراق في التفكير بالله. الغافلون عن الله الذين لا يدركون أنه مبدع الكون وما فيه لا يلمسون حضوره ولا يبصرون نوره.

التأمل هو تذكير النفس مراراً وتكراراً بأننا لسنا الجسد المادي المقيد بل الروح الإلهي المطلق الطليق. التأمل هو التذكر الواعي للذات الحقة ونسيان الهوية الموهومة. لو ذهب أميرٌ سكران إلى أحد الأحياء الوضيعة وبسبب الفقدان المؤقت لذاكرته وهويته الحقة وراح يولول ويرثي حالته قائلا "آه ما أفقرني وما أحوجني للمعونة" سيضحك منه أصحابه وسيقولون له "اصحَ وتذكر أنك أمير يا صاحب السمو!"

وبالمثل، فالإنسان في حالة هلوسة وهذيان. يظن أنه بشر عاجز.. يناضل ويشقى وتتقاذفه أمواج الهموم في كل اتجاه. لقد آن الأوان لأن يصحو ويؤكد لنفسه بثقة تامة أنه روح لا يخضع لمتغيرات هذا العالم ومؤثراته مهما كانت عاتية وبدت رهيبة. يجب أن يدرك أنه شرارة حية من الروح الإلهي المغبوط. وأن جوهره هو السعادة الصافية الضافية. فإن كرر هذه الأفكار المرة تلو الأخرى، ليلا نهارا، سيدرك أخيراً ماهيته الحقة: روح خالد.

الغواية والجشع والتعلق بالناس والممتلكات والاستعباد للحواس والجهل بالطبيعة الروحية والخمول والعيش الآلي الرتيب كلها من ألد أعداء السعادة.

أنجز واجباتك بعقل راسخ في الوعي المقدس المتفتح النامي في حقول التأمل، وعندها ستصبح سعيداً، حقيقة لا وهما، ومستمتعاً بالعيش الكريم.

عندما شرعت في التأمل لم يخطر ببالي قط أنني سأحصل على ذلك السرور العظيم. لكن بمرور الأيام تعاظم سلامي وغزرت غبطتي مع غوصي العميق في بحار التأمل.

إن كان الشخص يسأم الحياة التي يحياها ومع ذلك يظل يملأها بالمزيد من الممتلكات والرغبة في اختبارات حسية جديدة

فإنه سائر على طريق مغلوط ومعوّج ويجب أن يغير الاتجاه. إن أضمن طريقة للإفلات من تأثير الوسواس هو أن يحيا حياة طبيعية بسيطة.. بعيداً عن التقييد والتعقيد، في تناغم مع الله.

لماذا يعيش الإنسان حياة غير طبيعة؟

لماذا يبحث بلهفة وتفجع عن سعادة يعجز العالم أصلا عن تقديمها له؟

الحياة يا أصدقاء ثمينة للغاية.

في كل يوم أبتهلُ لله: "إن أردتَ أن تجردني من كل ما أملك فلتكن إرادتك ولن أعترض على حكمك وحكمتك لأنني أعرف أنك تريد الأفضل لي. سأحاول مرضاة الآخرين ولكن رضاك يا رب يأتي في المقام الأول وهو غايتي التي ما بعدها غاية في هذه الحياة."

عندما تصلي هكذا فقد تعاني من تجارب ورغائب كثيرة، ولكن إن واصلت التصدي للأهواء الذميمة والرغبات الخاطئة سيقترب الله منك ويبسط بركاته عليك.. وستجد أن حضوره كالسيل الهادر يجرف كل السلبيات من حياتك ويطهر روحك تطهيرا.

من يلجم نفسه عن الأهواء الوضيعة يجد أن المشتهيات الحسية تتضاءل لفترة قصيرة مخلفة وراءها التشوق والتحرّق لها. أما الذي يبصر نور الله ويلمس حضوره فيتحرر من كل اشتهاء مغاير لطبيعة الروح.

فلنبدد الظلمة بنور الله..

ولنقهر الأفكار الرديئة بالأفكار الطيبة.

ولنتخلص من الإغواء بالعثور على الجاذبية الإلهية الفائقة عن طريق التأمل.

هذا هو أفضل وأفعل سلاح ضد الوسواس.

فكلما شعرتَ أن إرادتك تقع فريسة الهيمنة الشريرة والتأثير غير النظيف، تأمل على الله واستنجد بعونه حتى تشعر بحضوره المبارك الذي يطرد كل الأفكار الرديئة ويملأ النفس بالفرح والحكمة والطمأنينة واليقين.

والسلام عليكم

التغلب على تأثير الكواكب

قال لي المعلم ذات يوم:

"لماذا يا موكندا (برمهنسا) لا تحصل على سوار كوكبي للذراع؟"

قلت: "هل هذا ضروري بالنسبة لي يا معلم؟ فأنا لا أؤمن بالتنجيم. "

أجاب: "المسألة ليست مسألة إيمان. بل الموقف العلمي السليم الذي ينبغي أن يتخذه الشخص هو ما إذا كان ذلك الموضوع صحيحاً. فقانون الجاذبية عمل بنفس الفاعلية قبل نيوتن كما عمل بعده. ولو كان عمل قوانين الكون يتوقف على موافقة الإنسان لعمّت الفوضى وساد الاضطراب.

"لقد أوصل الدجالون علم النجوم القديم إلى حالته الشائنة الراهنة. فالتنجيم علم غزير وفسيح من الناحيتين الحسابية والفلسفية، لا يمكن استيعابه استيعاباً صحيحاً إلا من قِبل المتبحرين في المعرفة، الراسخين في العلم. فإذا أخطأ الجاهلون في قراءة وتفسير السماء ورأوا (خربشات) بدلا من كلام مفهوم فهذا متوقع حدوثه في هذا العالم الذي يشوبه النقص وعدم الكمال، ويجب أن لا يصرف المرء الحكمة مع "الحكماء" في عيون أنفسهم."

واستطرد معلمي قائلا: "إن جميع أجزاء الكون مترابطة ترابطاً وثيقاً وتتبادل التأثيرات فيما بينها. والإيقاع المنتظم والمتوازن للكون يقوم على التبادل أو الأخذ والعطاء. والإنسان

في مظهره البشري يتوجب عليه مقاومة مجموعتين من القوى أولها الاضطراب الداخلي الناجم عن تمازج عناصر التراب والماء والنار والهواء والأثير، والثانية هي قوى التحلل الطبيعي الخارجية. وطالما بقي الإنسان في صراع مع وجوده الفاني فإنه يتأثر بآلاف التحولات التي تحدث في الأرض والسماء.

"التنجيم هو دراسة استجابة الإنسان للتأثيرات الكوكبية. فالنجوم لا تمتلك إحساناً أو إساءة واعيين، بل تطلق إشعاعات موجبة وسالبة. وهذه الإشعاعات بحد ذاتها لا تنفع ولا تضر الإنسانية لكنها توفر وسيلة مشروعة للعملية الخارجية لموازنة الأسباب والنتائج التي استحدثها الإنسان في الماضي.

"الطفل يولد في يوم وساعة معينين حينما تكون الأشعة السماوية في توافق حسابي مع كرماه أو ماضيه الذاتي. فخريطة البروج الخاصة به هي صورة دقيقة تنبئ عن ماضيه الذي لا يتغير وعن النتائج المقبلة المحتملة. لكن خريطة المولد هذه لا يستطيع قراءتها أو تفسيرها إلا ذوو البصيرة النامية، وهؤلاء نادرون.

"والرسالة التي تـُذاع بكل وضوح في الآفاق وقت الولادة ليس المقصود منها الاعتراف بالقدر – نتيجة ما سلف من أعمال طيبة أو رديئة – بل حث وإيقاظ إرادة الإنسان للإفلات من عبوديته الكونية. فكل ما ربطه الإنسان يمكن أن يحله، وهو وحده المسؤول عن خلق تلك الظروف التي تتحكم الآن في حياته، مهما كان نوعها. وبما أنه خلق تلك الأسباب والظروف فلديه القدرة للتغلب على كل المحدوديات بفضل موارده الروحية التي لا تخضع للضغوط الكوكبية.

"إن الخوف الخرافي من علم التنجيم يجعل من الشخص إنساناً آلياً يعتمد بخضوع وخنوع على التوجيه الأوتوماتكي. والشخص الحكيم يقهر الكواكب أي أنه يفلت من ماضيه بنقل ولائه من الخليقة إلى الخالق. وكلما ازداد إدراكه لوحدته مع الروح الإلهي كلما قلـّت عبوديته للمادة. فروح الإنسان حرة أبد

الدهر، لا تموت لأنها لا تولد، ولا يمكن ربط مصيرها بالكواكب والنجوم أو إخضاعها لتأثيرها.

"الإنسان روحٌ له جسد. وحينما يفهم جوهر ذاته حق الفهم يترك وراءه كل النماذج والأنماط القسرية القهرية. لكنه إن بقي مشوشاً وفاقداً لذاكرته الروحية فسيخضع للقيود الخفية لقانون البيئة والطبيعة.

"الله هو توافق وانسجام، والمتعبد الذي يتناغم معه لن يأتي بتصرف خاطئ، بل تتوافق كل نشاطاته بكيفية صحيحة وطبيعية مع القوانين الفلكية، ويحس بعد الصلاة والتأمل العميقين باتصاله بالروح الإلهي. ولا توجد قوة أعظم من تلك الحماية الباطنية."

حاولت فهم تفسيرات سري يوكتسوار الجليلة، وقلت بعد صمت طويل: "إذاً لماذا تريدني يا سيدي العزيز أن ألبس هذا السوار؟"

فأجاب المعلم: "فقط عندما يبلغ السائح وجهته يكون محقا في التخلي عن الإرشادات والخرائط. ولكن أثناء الرحلة يحاول الاستفادة من كل طريق قصير ملائم. وقد استنبط الحكماء القدامى طرقاً ووسائل عديدة لتقصير مدة اغتراب الإنسان في عالم الوهم والخداع. وهناك بعض الميزات الآلية في قانون الكارما يمكن ضبطها بمهارة بأصابع الحكمة.

"إن جميع أمراض البشر ناجمة عن مخالفة الناموس العام. والأسفار المقدسة تنصح الإنسان بالامتثال لقوانين الطبيعة، مع الاحتفاظ بثقته التامة في القدرة الإلهية الكلية. وواجبه أن يقول: "يا رب إنني أثق بك وأعلم أنك تستطيع مساعدتي، ومع ذلك سأقوم أيضا ببذل كل ما في وسعي لإبطال مفعول ما ارتكبته من أخطاء." وبواسطة عدة وسائل – بالصلاة وبقوة الإرادة وتأمّل اليوغا وباستشارة الحكماء والقديسين، وباستخدام الأساور الكوكبية – يمكن تخفيف المؤثرات الضارة الماضية أو تحييدها بالمرة.

"ومثلما يجهّز المنزل بقضيب نحاسي لامتصاص الصواعق البرقية، هكذا يمكن لجسم الإنسان الانتفاع من إجراءات وقائية منوعة. الإشعاعات الكهربائية والمغناطيسية الشفافة هي دائمة التنقل في أرجاء الكون وتؤثر بجسم الإنسان تأثيراً طيباً أو رديئاً. ومنذ عصور غابرة تأمل حكماؤنا كيفية مقاومة المفعول العكسي للمؤثرات الكونية الرقيقة. وقد اكتشفوا أن المعادن النقية تطلق أشعة كوكبية ذات فاعلية مضادة للجذب السلبي للكواكب. وقد تبين أيضاً أن بعض المركبات النباتية هي ذات نفع. والعناصر الأكثر فاعلية هي الجواهر النقية الخالية من الشوائب، والتي لا تقل عن القيراطين وزنا. فالاستعمالات العملية الواقية للتنجيم قلما حظيت بعناية الباحثين خارج الهند. وهناك حقيقة بسيطة مؤكدة هي أن الجواهر الملائمة والمعادن أو المستحضرات النباتية هي عديمة القيمة ما لم تكن من الوزن الصحيح، شريطة أن تستعمل هذه العوامل الشافية بحيث تكون ملاصقة للجلد. "

وقلت: "سيدي، بالتأكيد سأعمل بنصيحتك وأحصل على إسوار، ولكن يدهشني مجرد التفكير بالتغلب على الأجرام السماوية!"

فأضاف سري يوكتسوار تعليمات دقيقة قائلا:

"بالنسبة للأغراض العامة أنصح باستعمال إسوار من الذهب والفضة والنحاس، إلا إنني في حالتك الخاصة أريدك الحصول على إسوار من الفضة والرصاص. "

وقلت: "سيدي، ما الذي ترمي إليه بالضبط؟"

فأجابني المعلم: "إن الكواكب تتأهب لاتخاذ موقف غير ودّي منك يا موكندا. ولكن لا تخف فسوف تحميك العناية الإلهية. في غضون شهر من الآن ستعاني من اضطرابات كبيرة في الكبد. وهذا المرض يفترض أن يستمر لستة شهور، ولكن باستخدامك السوار الكوكبي ستختزل هذه الفترة الزمنية إلى أربعة وعشرين يوما فقط. "

وبحثت عن صائغ في اليوم التالي وبسرعة حصلت على السوار ولبسته. وكانت صحتي على ما يرام بحيث غابت عن ذاكرتي نبوءة معلمي الذي كان قد ترك سيرامبور وذهب في زيارة إلى بنارس. وبعد ثلاثين يوما من حديثنا شعرت بألم مباغت في منطقة الكبد. وكانت الأسابيع التالية كابوسا من الآلام المبرحة. ولما كنت غير راغب في إزعاج معلمي فقد حسبت أن بإمكاني أن أتحمل محنتي بمفردي، بصبر وشجاعة. لكن وهن العزم مني بعد ثلاثة وعشرين يوماً من العذاب فارتحلت بالقطار إلى بنارس حيث رحّب بي سري يوكتسوار بحرارة غير عادية. لكنه لم يدع لي فرصة لإخباره على انفراد عن حالتي المتردية. وكان قد زاره الكثير من المتعبدين ذلك اليوم للتبرك برؤيته. وإذ كنت مريضاً فقد انتحيت جانباً في إحدى الزوايا. ولم يغادر الضيوف إلا بعد وجبة العشاء حينما استدعاني معلمي إلى شرفة المنزل ذات الثماني زوايا. وخاطبني وهو ينظر إلى بعيد ويسير جيئة وذهابا ويحجب ضوء القمر أحياناً:

"أظن أنك أتيت بخصوص اضطراب كبدك. لقد مضى على آلامك أربعة وعشرون يوماً، أليس كذلك؟"

أجبت: "نعم يا سيدي. "

قال: "أرجو القيام بتمرين المعدة الذي لقنتك إياه. "

فقلت: "لو أنك تعلم يا سيدي مدى آلامي لما طلبت مني أن أتمرّن." ومع ذلك فقد قمت بمحاولة ضئيلة امتثالا لأمره. وقد تطلع إليّ المعلم متسائلا:

"أنت تقول أنك تحس بالألم، وأنا أقول أنه لا يوجد ألم. فكيف يعقل وجود هذا التناقض؟"

وشعرت بدوخة، ثم غمرني شعور من الغبطة فلم أعد أحس بالعذاب المتواصل الذي حرمني نعمة الرقاد لأسابيع طويلة. ولمجرد كلمة سري يوكتسوار تلاشى الألم تماماً كما لو أنه لم يكن.

ورحت أنحني عند قدميه اعترافا بالجميل، لكنه منعني من ذلك وقال:

"دعك من هذا. انهض واستمتع بجمال القمر فوق الغانج." وكانت عينا المعلم تتهللان فرحاً عندما وقفت صامتاً بجانبه. وقد أدركت من موقفه أنه يريدني أن أشعر بأن الله هو الذي شفاني وليس هو.

ولغاية الآن لا زلت ألبس نفس السوار الفضي الرصاصي الثقيل تذكاراً لذلك اليوم الذي مضى وبقيت ذكراه العزيزة عندما أدركت أنني كنت أعيش بالفعل مع شخصية فائقة ونادرة المثال. وفي أوقات تالية كنت آتي بأصدقائي إلى سري يوكتسوار من أجل الشفاء، وكان ينصح دوما بالجواهر أو الأساور، ممتدحا استخدامها كإجراء ذي حكمة كوكبية.

ومنذ طفولتي كنت أحس بنفور تجاه التنجيم لسببين اثنين: أولاً رؤيتي الكثيرين ممن كانوا مولعين بالتنجيم باستسلام وخنوع، وثانياً لنبوءة تنبأ بها منجّم الأسرة بقوله: "ستتزوج ثلاث مرّات وستترمل مرتين." وكنت أطيل التفكير في هذا الأمر وأحس أنني شبيه بالشاة التي تضحى على مذبح الزيجة المثلثة. وذات يوم قال لي أخي الكبير أنانتا:

"من صالحك التسليم لقدرك، فخريطة برجك بيّنت فعلاً أنك ستهرب في سنواتك الأولى من المنزل إلى الهملايا وتضطر إلى العودة قسراً. وبالمثل لا بد من أن تتحقق النبوءة المتعلقة بزيجاتك."

وفي إحدى الليالي شعرت أن تلك النبوءة هي كاذبة من أساسها، فأشعلت النار بخريطة البرج ووضعت رمادها في مظروف كتبت عليه ما يلي: "إن بذور الكارما (نتائج الأعمال) الماضية لا يمكن أن تفرّخ إن تم حرقها بنيران الحكمة المقدسة." ثم وضعت المظروف في مكان بارز. وقرأ أنانتا هذا التحدي الصريح فضحك ساخراً وهو يقول:

"لا يمكنك تدمير الحقيقة بنفس السهولة التي أحرقت بها هذه الورقة."

وقد حدث فعلا في ثلاث مناسبات قبل بلوغي طور الرجولة أن حاولت أسرتي ترتيب خطوبتي، وكنت أرفض في كل مرة لعلمي أن حبي لله هو أقوى من أي اعتبارات كوكبية من مخلفات الماضي. وكنت أتأمل دوماً كلمات معلمي الرشيدة:

"كلما تعمق الإنسان في معرفة ذاته كلما ازداد تأثيره على الكون بأسره بفعل اهتزازاته الروحية الشفافة، وكلما قلَّ في نفس الوقت تأثـّره بالأحداث الخارجية."

وأحياناً كنت أطلب من المنجمين أن يتخيّروا أسوأ أوقاتي طبقاً للدلالات الكوكبية، ومع ذلك كنت أتمكن من إنجاز أي عمل أرسمه لنفسي في تلك الأوقات. صحيح أن نجاحي في تلك المناسبات كان محفوفاً بصعوبات غير عادية، لكن ثقتي كان لها ما يبررها. فالإيمان بالعناية الإلهية والاستخدام السليم للإرادة - التي هي هبة الله للإنسان – هما قوة هائلة تفوق الأمواج الأثيرية المنبثقة عن الكواكب والنجوم.

ولقد أدركت أن ما تسجله النجوم وقت الولادة لا يعني جعل الإنسان دمية في يد ماضيه. بل أن المؤشرات الكوكبية هي بالأحرى محفـّز للارتقاء. فالأفلاك تعمل على إيقاظ عزيمة الإنسان للتحرر من كل قيد. لقد خلق الله كل إنسان روحاً موهوباً بذاتية مميزة، ولذلك فكل فرد له دوره الجوهري في التكوين العام، سواء كان ذلك الدور الحالي دعامة تسند غيرها أو عالة تستند على سواها. والخلاص العاجل للإنسان يتوقف لا على الانتصارات الخارجية بل على الفتوحات الروحية الباطنية.

المصدر: مذكرات يوغي - السيرة الذاتية (فلسفة الهند في سيرة يوغي) بقلم برمهنسا يوغانندا

التقدم الروحي

من تعاليم المعلم برمهنسا يوغانندا

عندما ننظر إلى العالم اليوم، بكل ما فيه من مشاكل وتعقيدات وخلط واضطراب وجهل وتطاحن، يصعب التصديق أن البشرية قد دخلت مرحلة جديدة من التطور والرقي. ومع ذلك فقد ترك الإنسان خلفه العصورَ المادية الخشنة وخطا خطوات حثيثة واسعة نحو مشارف المرحلة الجديدة من تطوره الصاعد.

ومع اقترابنا المتزايد من هذا العصر الذري فإن الكثير من قوى الطبيعة التي كانت مجهولة في العصور المظلمة يتم الآن اكتشافها وتوظيفها مما يساعد على تسارع وتيرة التواصل العالمي والتقدم في مجالات الطب والزراعة والإنتقال وغيرها.

حقاً أن الوسائل التكنولوجية العصرية قد غيرت تغييراً جذرياً نسيج الحياة اليومية كما عرفناها ونعرفها.

لكن العصور المظلمة التي اجتازتها البشرية ما زال تأثيرها قوياً ومستحكماً في الناس. ولهذا السبب فإن الإنسان يستخدم الأساليب العلمية المتطورة لا لعمل الخير وحسب بل لتغذية وتقوية الغرائز المادية الخشنة من أنانية وتخريب وجشع. وهكذا فإن تأثير العصور المظلمة سيدوم على مدى سنين طويلة.

لقد وفـّر هذا العصر الصاعد الكثير من وسائل الراحة بفضل الأساليب والوسائل التكنولوجية المتطورة، كما وفر للناس فسحة من الوقت الحر لم تكن متاحة من قبل. ففي العصور المظلمة كان الناس يصرفون كل لحظة من لحظات يقظتهم وكل طاقاتهم لكي يقيموا أودهم ويبقوا على قيد الحياة. ولم يمتلك ما يكفي من الوقت لصرفه في اهتمامات أرقى سوى فئة قليلة جداً من الناس.

الآن – في الدول الصناعية على الأقل – الكل ينتمي إلى تلك الفئة. ولكن ما الذي يفعله الناس في أوقات فراغهم وراحتهم؟

ونظراً لجهلهم بغاية الحياة فهم يصرفون وقتهم ويبددون طاقاتهم في تسليات لا نهاية لها. الشخص العادي في الغرب يصرف قرابة الخمسين ساعة أسبوعياً في مشاهدة التلفزيون.

تصوروا كم سيكون الناس أكثر سعادة وكم سيكون العالم أفضل مما هو عليه لو أن تلك الساعات الطويلة يتم صرفها في نشاطات روحية مثمرة!

المتأملون يستثمرون وقتهم استثماراً حكيماً ومجدياً. لكن للأسف معظم الناس ابتعدوا عن الله وعن قوانين الله.

ولهذا السبب العالم هو ما هو عليه اليوم من هذه الحالة المزرية. نتمنى لو أننا نعيش في عالم يسوده الأمن والرخاء والسلام. ولكن العيش في عالم مضطرب لا يخلو أيضاً من فوائد للمعتبرين. فالظروف الصعبة والمريرة هي بمثابة مذكّـر لنا بأن هذا العالم ليس مقرّنا. الأمن والأمان الحقيقيان لا يكمنان في العالم الخارجي ولهذا السبب ينبغي علينا أن نبحث عن الله ونلتمس حمايته.

في عهد السلم والرخاء، حيث لا بطالة ولا مشاكل بيئية يعيش الناس في "إحباط هادئ مستكين"، بحسب تعبير المفكر الفيلسوف ثورو. لماذا؟ لأنه بالرغم من ذلك الرخاء يشعر الناس بجوع روحي وحنين فطري لشيء آخر مفقود في حياتهم.

ذلك الشيء هو الله.

يجب أن نتذكر أنه بغض النظر عن الظروف الخارجية يتوقف التقدم الروحي على المجهود الفردي. ففي أشد العصور ظلامية، وفي أسوأ الظروف والأحوال تمكن بعض الرجال والنساء مع ذلك من بلوغ المعرفة الإلهية. ولهذا السبب يجب أن لا نتأثر روحياً بالظروف التي يمر بها العالم. ويجب أن لا يغيب عن بالنا الأهمية القصوى لبذل المجهود الروحي.

ولأننا نعيش في هذه الظروف الصعبة فإننا أيضاً نفكر في المستقبل وما يحمله من مفاجآت غير سارة. هذا طبيعي. ولكن إن فكرنا كثيراً بهذه الأمور، وإن سمحنا للتخمينات والمخاوف بأن تحتل أفكارنا فإننا نطرد الله من حياتنا ونضيّع فرصة ثمينة للتواصل معه والتنعم بحمايته.

الناس يريدون أن يعرفوا ماذا سيحدث بالضبط في المستقبل. لماذا؟ لكي يزداد قلقهم؟.

لو أدركنا العبء الرهيب الذي نسلطه على العقل عندما نستسلم للمخاوف والهموم لتعجبنا من صمودنا حتى الآن. الهموم والمخاوف توهن العقل فيتسلل الخوف إلى النفس ونتيجة لذلك نفقد توازننا النفسي والروحي. إن مشكلتنا تكمن في محاولتنا العيش في المستقبل وفي الماضي في نفس الوقت بدل العيش في الحاضر. تلك الأعباء أثقل من أن يحملها العقل أو يتحملها.

يجب أن نحلل أفكارنا. في معظم الأحيان نهرب إما للمستقبل أو للماضي. وهذا ضياع تام. يجب أن نحيا في الحاضر وأن نملأ الحاضر بالتفكير بالله.

ما من مكان حصين أو محصن ضد الأحداث والمخاطر على وجه الأرض. الحماية الفعلية تكمن في العيش بأمانة واستقامة والتعامل بصدق وإخلاص، وفي الصلاة والتأمل والتوافق مع الله.

لهذا السبب يجب أن نبذل قصارى جهدنا للتوافق مع الله. وهذا التوافق بالذات هو الدواء لكل داء والشفاء من ضربات الحياة ورضّات الزمن.

يجب أن لا تخيفنا أحداث الحياة المريعة وكوابيسها الفظيعة. ويجب ألاّ نرهب المرض أو الفقر أو الحوادث. وعندما نجد أنفسنا وسط التجارب والمحن فلندرك الطبيعة الوهمية لتلك التجارب ولندرك أن بمقدورنا التغلب على الظروف المعاكسة بالتفكير الإيجابي والتصرف السليم والتناغم الروحي مع الله مصدر كل عون وحماية.

ما من حماية ولا من أمن خارج الله. يجب أن نتوجه إليه بكليتنا إن كنا نرغب في الأمن والطمأنينة.

من الصعب تحقيق الرضاء التام في هذا العالم الذي هو ليس بيتنا الحقيقي. فوجودنا على هذه الأرض موقوت. نحن هنا

في مدرسة لنتعلم دروس الحياة. وعندما ننسى هذه الحقيقة تبدأ متاعبنا وتحاصرنا المشاكل من كل جهة.

لا شيء يستحق العيش سوى الله. كل شيء آخر سيمضي ويتركنا وحيدين. يجب أن نطلب الدائم الباقي. الحب البشري غير ثابت ويتلاشى تدريجياً. خلف الحب البشري يكمن الحب الإلهي وذلك هو الحب الأعظم الذي يرضي أشواق القلب ويشبع حنين النفس. لنستمتع بكل ما يجود علينا الله به دون التحرق لأشياء أخرى. لقد أتينا إلى هذه الأرض لنعرف الكيفية التي يمكننا بواسطتها التعرف على الله. ما من غاية أخرى لوجودنا هنا.

الباحثون المخلصون سيعثرون على الله وستمتلئ حياتهم بالطمأنينة والسلام والنعمة والفرح. يجب أن تكون الرغبة قوية ومتواصلة في التعرف عليه والنتائج ستكون مضمونة (من يقرع الباب يسمع الجواب). العارفون بالله يختبرون فرحاً وسعادة متواصلين.

البحث عن الله لا يتناقض مع الصداقات البشرية أو الزواج أو السعي لتحقيق النجاح المادي. فهذه الأمور هي أيضاً جزء لا يتجزأ من دروس الحياة. المهم هو التمييز بين الحقائق والأوهام والتيقن بأن الغايات والإنجازات المادية عاجزة عن منحنا السعادة التي نصبو إليها ونحاول امتلاكها من خلال كل ما نفكر به أو نفعله.

هذه الفلسفة لا تجعل الحياة قاتمة أو سلبية.

والسلام عليكم

الحق والحقيقة.. في العمق

الحقُ كلمة يكتنفها الغموض ويشوبها الكثير من الإبهام. إنه مفهوم يصعب شرحه وتوضيحه. كل واحد لديه قناعات واعتقادات يجزم ويقسم جهد إيمانه بأنها الحق كل الحق. ولكن

كيف يمكن القطع بما هو حق وحقيقي وسط هذا الكم الزاخر من الأفكار؟

الحق هو نسبي ومطلق في آن. فهو يمر عبر العديد من المراحل النسبية للإرتقاء والتبلور قبل بلوغه الحالة المطلقة. على سبيل المثال، شخصان يبحثان مشروع عمل، أحدهما يقترح فكرة تضمن النجاح، في حين يبدي الآخر رأياً معارضاً يضمن تحقيق نفس الهدف إنما بمنافع إضافية. ثم يأتي شخص آخر بفكرة أفضل وهكذا دواليك. الطرق المطروحة كلها كانت "صحيحة" عن جدارة، إنما من ناحية نسبية.

الحق هو ما يمنح سعادة دائمة

في المعنى المطلق، كل ما يناقض السعادة الحقيقية هو غير صحيح، وما يمنح سعادة دائمة هو حقيقي. السعادة الحقيقة لا تعني الإثارة المؤقتة التي تصاحب النجاح المادي أو المتعة العابرة، لكنها تشير إلى الفرح الناجم عن تناغم النفس مع مصدرها: الله. وبهذا المعيار يمكنك الحكم على أي عمل تقوم به بالنظر إلى نتيجته وما إذا كان سيجلب لك سعادة دائمة أم لا (حقاً أن الأعمال بخواتيمها!)

الحق النهائي هو الله والله هو الحق النهائي. الكون بأسره قائم على هذا الحق بواسطة قوانين الله السرمدية. هذه القوانين هي حقائق أساسية أزلية وغير خاضعة إطلاقاً لأي تحوير أو تزوير من قِبل الإنسان. مثال على ذلك، الحق المطلق يقضي بعدم القتل أو إلحاق الأذى، لكن أهون الشرّين هو استعمال القوة لحماية الأبرياء من الأشرار أو لحماية مخلوقات أكثر تطوراً من أخرى أقل تطوراً. لكن القضاء على أي شيء لمجرد الرغبة في القتل هو أمرٌ خاطئ.

القانون الكوني يقضي بالتآلف والتقارب عن طريق المحبة، مما يعني المودة والتسامح. إن كنا نرغب في العثور على الحق فمن الضروري أن تكون أفكارنا سليمة وأفعالنا صحيحة، مادياً وأدبياً وروحياً بما يتناسب مع النواميس الأبدية للحق الإلهي.

الحق هو الجوهر النهائي. ولكن أين يكمن ذلك الجوهر وما هو السبيل للعثور عليه؟

هناك ثلاث طرق للوصول إلى الحق: عن طريق الإدراك الحسي، عن طريق الإستدلال المنطقي، وعن طريق البديهة أو بصيرة الروح.

إن كان إدراكك الحسي خاطئاً سيكون استنتاجك المنطقي خاطئاً أيضاً. قد تنظر إلى الأفق وترى ما قد يبدو لك بأنه نار لأنك ترى دخاناً؛ ولكن ما أن تقترب من المكان حتى تجد أن ما بدا لك دخاناً لم يكن سوى سحابة من الغبار. إنك تعتمد - لمعرفة حقيقة أي شيء- على بصرك وسمعك وكذلك على حاسة الشم والذوق واللمس، بالإضافة إلى قوة العقل. لكن هذه العناصر مجتمعة لا يمكن أن تكون البرهان النهائي على الحق، لأنه إن كذِبتْ الحواس سيكذب العقل أيضاً. العقل يكوّن انطباعاته ويتوصّل إلى استنتاجاته وقناعاته بناء على التقارير التي يحصل عليها من الحواس، لكن الحواس محدودة للغاية بطبيعتها. لهذا السبب خاطبَ الأنبياءُ الناسَ على قدر أفهامهم وعقولهم، لأنهم – أي الناس – يرون ولا يبصرون، يسمعون ولا يعون ولا يفهمون (صمٌّ بكمٌ عميٌ فهم لا يعقلون)!

أذنا الإنسان لا تلتقطان إلا رتبة محددة من الإهتزازات فلا يمكنهما التقاط أكثر الأصوات علواً وخفوتاً. لو أن قوة سمعك ازدادت بما فيه الكفاية لتمكنتَ من سماع الصوت الرائع العجيب الذي يحدثه الكون في اندفاعه في الفضاء اللامتناهي. كل ما في الوجود متحرّك وتلك الحركة يصحبها صوت. لا يوجد شيء دون حركة إلا في مجال الروح الكوني الفائق حيث لا حركة ولا اهتزاز. ولو كانت ملكات الروح في الإنسان نامية نمواً كافياً لتمكن من سماع أصواتٍ لطيفة بأذنه الأثيرية.. تلك الأصوات هي عبارة عن قوى شفافة تزوّد الجسم بحاسة السمع الكثيفة.

وبالمثل، لو تضاعفت قوة عينيك لأبصرتَ أنواراً من كل الألوان والأصناف. عيناك الجسديتان تظهران لك حيّزاً محدوداً جداً من الضوء، في حين عينك الروحية (الأثيرية) ترى الطبيعة

الحقة للأشياء كصور قوامها نور الله الخلاق. وجسمك بكامله الذي تراه ككتلة من اللحم الكثيف، هو ليس سوى أمواج كهرومغناطيسية. لقد برهن الدكتور كرايل أن دماغ العجل الميّت وأيضاً دماغ الإنسان الميّت يطلق كمية ضخمة من الأشعة الكهربائية. عندما تغمض عينيك لا ترى عادة سوى الظلام. ولكن مع التطور الروحي ستتمكن من رؤية أنوار عجيبة.. والنور يسطع في الظلمة والظلمة لم تدركه (نور السموات والأرض).

تلك حقائق جوهرية لا يدركها الإنسان لأن حواسه متناغمة فقط مع مجال محدود من الإهتزازات الكثيفة.

الحدس أو الكشف: قوة الروح الكلية المعرفة

ما هو السبيل إذاً لمعرفة الحقيقة الكامنة خلف الحواس ومدركاتها؟ ذلك غير ممكن عن طريق التحليل أو التعليل العقلاني، لأن العقل رهينة الحواس، ولا يمكنه استخلاص سوى ما تزوّده به الحواس من معطيات، ولا قدرة له على إدراك القوى اللانهائية من حوله. فقط بتنمية بديهة الروح أو الحدس اليقيني يمكن معرفة الحق. البصيرة هي إدراكٌ مباشر عن غير طريق الحواس.. إحساس الروح النقي الصادق والصائب دوماً.

يمكنك تكوين فكرة عن طبيعة تلك البديهة من خلال تلك الأحاسيس التي تختبرها إنما لا يمكنك تعليلها والتي يشار إليها أحياناً بعبارة (الإنسان قلبه دليله). تحس أن شيئاً ما على وشك الحدوث دونما دليل حسي. حقيقةٌ تظهر ذاتها دون ربط منطقي للأحداث. قد تكون جالساً بهدوء تفكر بشخص لم تره أو لم تتصل به منذ وقت طويل وفجأة تقابله أو تسمع منه. فكيف حصل ذلك؟ ذلك يحدث عن طريق ومضات حدسية مؤقتة. لا بد أن كل واحد قد حصلت له مثل تلك الومضات.

الخطأ في الحكم ينجم عن عدم تنمية الحدس. معظم الناس يحسّون في قرارة أنفسهم أن بمقدورهم أن يكونوا عظماء وأن ينجزوا أشياء كبيرة في الحياة، لكن نظراً لعدم امتلاكهم القوة الحدسية فإن تلك القوة الكامنة ظلت في طور

السبات. ولكي ينجح الإنسان ويتفادى التعاسة التي تسببها الأخطاء، يجب أن يحاول معرفة الحقيقة الكامنة في كل شيء. هذا ممكن فقط عند تنمية الحدس البديهي. تلك هي الحقيقة العملية لهذه المسألة. ولهذا السبب أنصح الجميع كي يعرفوا الأمور على حقيقتها، سواء في علاقاتهم مع الآخرين أو في مجال العمل أو الحياة الزوجية.. وباختصار في كل جانب من جوانب الحياة. الحدس أمر جوهري لا يمكن التصرف بدونه أو الإستغناء عنه.

عدم تنمية مَلـَكة الحدس يعني اتخاذ قرارات خاطئة وخطوات غير محسوبة العواقب، لا سيما في انتقاء شركاء عمل غير موثوق بهم أو التورط في علاقات شخصية مغلوطة. وبما أن حكم العقل محدود ومقيد بالمعلومات التي تزودها له الحواس، فإن خـُدعِت الحواس فقد تظن أن شخصاً ما هو أكثر من رائع دون معرفةٍ لحقيقة ما يضمره في داخله.

أو قد تظن أنك وجدت شريك أو شريكة حياتك (توأم روحك) فترتبط بالزواج مع ذلك الشخص لتنتهي علاقتكما إما بالطلاق أو بجحيم من التنافر نظراً لعدم التكافؤ وانعدام الإنسجام بينكما. لكن الحدس الباطني لا يقترف مثل تلك الأخطاء. فهو لا ينظر إلى المغناطيسية المتدفقة من العينين، ولا إلى الوجه الصبوح الجذاب، بل يشعر ويدرك بدقة متناهية ما يكمن في قلب ذلك الشخص ويعرفه على حقيقته.

بفضل الحدس الذي تمكنت من تنميته بمساعدة معلمي العظيم سري يوكتسوار لم أخطئ إطلاقاً بمعرفة الطبيعة البشرية. فالحس الباطني كان ولم يزل عوناً لي من هذه الناحية. لكنني لا أحاول رؤية الجانب السلبي من الناس. ولكي أساعد الآخرين فإنني أمنحهم محبتي غير المشروطة، حتى عندما أعرف أنهم قد يستغلون ثقتي لغايات شخصية.

كثيرون ممن يعوزهم الحدس يستثمرون أموالاً في مشاريع مالية متعثرة ونتيجة لذلك يخسرون كل شيء. لقد كنتُ ناجحاً في كل قرار اتخذته بفضل حدسي الصائب الذي لا يخطئ.

مع نمو المرء وتطور ملكاته يأتي الحدس كشعور مميّز أو كصوت هادئ. ولأن النساء أكثر تناغماً مع الشعور من الرجال فعادة ما يمتلكون حدساً أكبر، إلا عندما يستولي عليهن الإنفعال. الرجال بوجه عام يسيّرهم العقل والنساء الشعور. وإن امتلك الرجل عقلاً راجحاً وحساً رقيقاً فلا بد أن يساعده ذلك التوازن بين العقل والشعور على امتلاك الحدس.

معرفة غاية الحياة بواسطة الحدس

إن استعملتَ حدسك ستعرف الغاية من وجودك على هذه الأرض، وعندما تدرك تلك الغاية تحصل على السعادة. هذه الأرض هي مسرح، والله هو مدير المسرح. إن أصرّ كل واحد على القيام بدور الملك أو الملكة فمن المستحيل أن تكون هناك مسرحية ناجحة. الخادم والبطل والملك يجب أن يقوموا جميعهم بأدوارهم حتى تنجح المسرحية. الأوغاد هم الذين يفسدون الحبكة الخيّرة للمسرحية الإلهية. الذين يختارون تلك الأدوار سيدفعون ثمناً باهظاً لمخالفتهم التوجيه الإلهي.

وبغض النظر عن المنصب الدنيوي الذي يحصل عليه الشخص أو الثروة التي يكدّسها، لا يمكن أن يُدعى ناجحاً إن هو استعمل وسائل شريرة لبلوغ أهدافه وإحراز مكاسبه. السعادة الحقيقية ممكنة فقط عندما يقوم الشخص بتمثيل دوره على الوجه الصحيح، وليس بخلاف ذلك. من يقوم بدور المليونير ومن يقوم بدور التاجر الصغير، كلاهما متساويان في نظر الرب، لأنه في اليوم الأخير يجرّد الله كل واحد من ممتلكاته وألقابه. ما تكتنزه في روحك هو ما سيرافقك بعد مغادرتك لهذه الدنيا.

العظماء الراسخون في العلم، من أنبياء وحكماء، يعرفون الحق بفضل قواهم الحدسية. فهم لا يدركون الأشياء بعيونهم وعقولهم وحسب، بل بواسطة حدسهم الشفاف والكشاف الفائق النمو، والذي بواسطته يعرفون كل شيء.

ليس المهم في عين الله الدور الذي نلعبه بل الكيفية التي نلعب بها ذلك الدور. لا تحزن ولا تيأس إن كان دورك صعباً. أداؤك الصحيح لدورك سيضمن لك النجاح في نظر الله، وإلا فلن تكون متحرراً تماماً.

التأمل ينمّي الحدس

الطريقة الوحيدة لمعرفة الحق والعيش بمبادئ الحق هي تنمية بصيرة الروح أو الحدس. عندئذ ستدرك أن للحياة معنى وأن الصوت الداخلي سيرشدك ويسدد خطاك مهما كان دورك في الحياة.

ذلك الصوت طغت عليه وطمرته – منذ زمن طويل – الأفكار غير السليمة. والطريقة الأضمن لاستعادة ذلك الشعور اليقيني الصادق هي بالتأمل عند الإستيقاظ صباحاً وقبل النوم ليلا.

مثلما يحتفظ المرء بمواعيده العملية والإجتماعية، هكذا يجب أن يحتفظ بموعده مع الله. قد نظن أن مشاغلنا أكثر من أن تسمح لنا بالتفكير في الروحيات، لكن الله لا يصده شيء عن التفكير بنا ومنحنا الحياة ومتطلباتها. يجب الإبتهال والتأمل بعمق وانتظار استجابته. إن ناجيناه بمحبة وتركيز عميق سيستجيب لدعائنا. عندئذ سنحس بحضوره كفرح وسلام في قلوبنا. عندما يحل ذلك الفرح وذلك السلام يحصل تواصل حيّ وفعّال مع تلك القوة العليا. يجب أن نحاول الإستفادة من تلك الفرصة إذ ما من نجاح يمكن بلوغه دون محاولة.

إن صرفتَ حياتك بالإثارة تلو الإثارة فلن تعرف السعادة الحقيقية. عش ببساطة وخذ الحياة بسهولة أكبر. تكمن السعادة بإعطاء نفسك ما يكفي من الوقت للتفكير المعمق والتأمل بالأشياء العظيمة.

انفرد بنفسك بين الحين والآخر ومارس الصمت لبعض الفترات وستلمس النتيجة بنفسك. إن كان الراديو أو التلفزيون شغالاً طوال الوقت، أو إن كانت الإثارات والتسليات تشغل الحواس بصورة متواصلة سيلحق ذلك ضرراً بالأعصاب بحيث يصبح الإنسان عصبياً.

لا تفكر كثيراً بإصلاح الآخرين. أصلح ذاتك أولاً – أصلحك الله! إن أعظم مجال للتفوق والنجاح هو في البيت. المَلاك في بيته هو مَلاك في كل مكان. فعذوبة صوت الشخص وتصرفه المتسم بالسلام تمس لهما الحاجة داخل بيته أكثر من أي مكان آخر.

قوة لا تفشل أبدا

عندما نتصل بالله سيلهمنا الإدراك الحدسي ويوجّهنا في كل ما نفعله. يجب أن نمتلك تلك القوة المباركة بصورة واعية. تلك القوة موجودة في داخلنا ولن نحتاج سوى للكشف عنها. لا أهتم بالباحثين الفضوليين بل بالباحثين الجادين عن الحقيقة. إنني على تواصل دائم مع الله وأبحث فقط عن الراغبين الصادقين في معرفته.

ستجد أن تلك القوة تعمل في كل شيء لتحسين أحوالك وتسهيل أمورك. وعندما تلامس تلك القوة ستنبض عافيتك بالطاقة الكونية وسيصبح فكرك أكثر رهافة وتركيزاً وحدة ونفاذاً. وستدرك أن نفسك هي وعاء لحقيقة الله الحية وحكمته التي لا تعرف النضوب.

الله هو ينبوع الصحة والرخاء والحكمة والفرح الأبدي. عندما نتواصل معه تصبح حياتنا كاملة متكاملة. الحياة بدونه ناقصة. يجب أن نفكر بتلك القوة العظمى التي تمنحنا الحياة والقوة والحكمة. ويجب أن نبتهل كي ينساب ذلك الحق إلى عقولنا، وتنساب تلك القوة إلى أجسامنا، وينساب ذلك الفرح غير المنقطع إلى أرواحنا.

خلف ظلمة العيون المغمضة توجد قوى الكون العجيبة، وكل النفوس الطيبة والأرواح الراقية والإمتداد اللامتناهي لأفلاك الروح. إن تأملتَ ستدرك الحق المطلق وسترى عمله العجيب في حياتك وفي كل ما هو رائع ومجيد في الخليقة.

وبالله التوفيق والسلام عليكم

الصيام صحة وصحوة

"عليكَ بالصيام فإنــَّهُ لا مِثلَ لـَهُ" حديث شريف

[هذا الموضوع لا يناقض الصيام كما ورد في القرآن الكريم ولا يدعو أحداً لترك طريقة صيامه التقليدية التي نحترمها ونحترم الصائمين داعين الله أن يباركهم دوماً ويتقبل صيامهم. المقصود هنا هو الصوم العلاجي من أجل نتائج محددة جسدياً وروحياً ولذلك اقتضى التنويه.]

النتائج الجسدية والإختبارات الروحية للصيام رائعة مدهشة. فالروح تتحلل من متطلبات الجسد عندما يتحرر من العادات الكثيفة الخشنة. لقد أكملتُ اليوم الثلاثين من الحمية والصيام ويبدو الأمر طبيعياً كما لو أنني لم أذق طعم الطعام قط.

كل واحد ممن له المقدرة يجب أن يحاول الصوم لثلاثة أيام أو أطول من ذلك إن كان ممكناً، وسيجد تدريجياً أن العيش بدون طعام ممكن.

الأشخاص الذين يتمتعون بصحة جيدة لا ينبغي أن يواجهوا صعوبة في الصيام لثلاثة أيام. الصيام الطويل يجب أن يتم بإشراف أخصائي في هذا المجال. وكل من يعاني من أمراض مستعصية أو عجز عضوي يجب أن يصوم فقط بعد استشارة طبيب خبير في الصيام والتغذية.

الآلام والأوجاع الجسدية هي مؤشر على وجود خلل ما في أجهزة الجسم وإلى الحاجة إلى الترميم والصيانة. الناس يحتفظون بسياراتهم نظيفة وجيدة الصيانة! الجسم البشري أكثر تعقيداً ودقة من أي سيارة، والله يريدنا أن نحتفظ به نظيفاً وبحالة عمل جيدة أيضاً، معتمدين في نفس الوقت أكثر فأكثر على قوة الله. إن سر الصحة الجيدة لا يكمن وحسب في

العناصر الكيماوية بل ينبغي الإعتماد على قوة الله أو طاقة الحياة داخل الجسم.

قوة الحياة هذه التي في أجسامنا هي في الحقيقة مصدر الحياة. إنها قوة دائمة تخلق – بأمر الله – الأعضاء وتبقيها مزودة بالحيوية. قوة الحياة يتم تعزيزها بقوة العقل والطعام. لكنها إذا ما أسيء استعمالها فإنها تكف عن أداء وظيفتها وترفض العمل بعد ذلك. فقوّتها قد تضعف في العينين على سبيل المثال وعندها تتعذر الرؤية بوضوح. ما من طعام يمنح القوة، وما من تغيير هواء ينعش الخلايا ويجدد الحيوية، ولا شيء يقدر على إعادة الطاقة إلى الجسد عندما تأخذ قوة الحياة الكامنة به في التضاؤل.

الصيام يريح الأعضاء المنهوكة مثلما يريح أجهزة الجسم وقوة الحياة نفسها فيحررها من العمل الإضافي. عندما تتوقف عن الإيحاء لقوة الحياة بأنه ينبغي لها الإعتماد في وجودها على المصادر الخارجية من غذاء وماء وأوكسجين وأشعة شمس، تصبح متحررة وتعتمد على ذاتها.

الإفراط في تناول الطعام لثلاثمائة وخمسة وستين يوماً في السنة ينتج ضروباً متعددة من المرض. المثابرة على الأكل سواء كان الجسم بحاجة له أم لا هو بالحقيقة لعنة للجسد. كلما ركز الإنسان على حاسة الذوق وحاول إشباعها كلما كثرت أمراضه. جيد أن يستمتع الشخص بالطعام، لكن العبودية للطعام لها مضاعفات أليمة ونتائج وخيمة. وهكذا يؤذي الإنسان نفسه بنفسه جراء تعلقه بالجسد وبمتطلباته. آن الأوان لأن يدرك الإنسان أن قوة الحياة هي التي تعيل الجسد وتبقيه زاخراً بالحيوية نابضاً بالنشاط.

يجب أن نضع – دون هوس – التأكيد الأكبر على العقل لتعزيز قواه وجعلها أكثر اعتمادية. أما إن أصرّ الإنسان على جعل عقله عبداً للجسد فإن العقل سيثأر لنفسه عن طريق التخلي عن قوّته، مما يعني اضطرار الشخص للإعتماد على شخص آخر أو على شيء آخر لمساعدته. ولن يستطيع أي طبيب أو أي دواء تقديم المساعدة لأي مريض إن كان عقله قد أصبح ضعيفاً لدرجة استفحال المرض. إن ثلاثة أرباع العلاج تكمن في العقل.

في الهند نتعلم قهر الجسد بالإرادة بحيث يتسنى للشخص الإعتماد إلى درجة كبيرة على العقل. الذين يلجأون دوماً للوسائل المادية من أجل الصحة والشفاء سيتعودون عليها وبالتالي يعتمدون عليها دوماً. لكن القدرة العقلية هي الأسمى. يجب أن يتعلم المرء تدريجياً الإنتفاع إلى أقصى حد من العقل وقدراته، عندها سيدرك أن العقل أداة فائقة وسيفعل العقل كل ما تطلبه منه. هذا رأيته ولمسته في حياتي الشخصية.

كنت ذات يوم ألقي محاضرة وكان الطقس حاراً للغاية ووجهي يتصبب عرقاً، ولم أتمكن من العثور على منديلي. وللحظة تعذر الأمر، لكنني وضعت انتباهي الكلي في مركز الإرادة (في الجبهة ما بين الحاجبين) وصليت في نفسي: "يا رب، بفضل نعمتك فإن جسدي بارد!" وعلى الفور اختفى العرق وأصبح جسمي بارداً كما يجب! لذلك في الإعتماد على العقل فائدة فائقة! مع ذلك يجب أن لا يتطرف الشخص وينكر الجسد كلياً، لإنه إن فعل لعجز عن التفكير والأكل والحركة.

البعض يرغبون في إثبات سيطرة العقل على الجسد قصد البرهنة على الصحة بالدرجة الأولى. لكن الصحة ليست غاية الحياة. التوصل إلى الله هو غاية الحياة. قد يشعر الواحد أنه معافى لفترة ما، ولكن يأتي وقت عندما لا ينفعه شيء. عندها من الذي سيساعده؟ الله. الصيام هو أحد الطرق العظيمة للتقرب من الله. إنه يحرر قوة الحياة من الإستعباد للطعام، مؤكداً لنا أن الله هو من يعيل أجسامنا ويبقيها مفعمة بالحياة.

لكن العادات قوية مستحكمة بحيث ما أن يفكر العقل بالطعام حتى ترغب في الأكل على الفور. ذات مرة، عندما كنت صبياً صغيراً في الهند أصبت بالزكام. وأردت تناول بعض التمر هندي الذي يعتبر سيئاً جداً للزكام. رفضت شقيقتي بعناد، لكن بسبب إصراري أحضرت لي بعضاً من تلك الفاكهة. فمضغت قطعة منها ثم لفظتها دون أن أبتلعها، لأن الرغبة في المذاق قد تحققت. الإنسان غالباً ما يتحكم به الشره. ومن سوء حظه أن الله لم يخلق الجسد بكيفية تمكنه من التمتع بحاسة الذوق والإفراط الضار أو تناول الغذاء غير النافع دون أن يصاب الجهاز الهضمي والأعضاء الأخرى بأذى.

لكن في الحقيقة الطريقة الوحيدة للصحة والسعاة.. الطريقة الأكثر حكمة هي ضبط النفس. إذ من أعظم الإنجازات التي يمكن أن يحرزها الإنسان هي أن يكون سيد نفسه، غير خاضع لهيمنة حواسه. إن قمت بتسليط شحنة كهربائية زائدة على جهاز لا قدرة له على تحمل تلك الطاقة المفرطة فإنه سيحترق. وبالمثل ففي كل مرة تشحن جهازك الهضمي بالكثير من الطعام تحترق قوة الحياة الموكلة بعملية الهضم. عندما تتوقف عن الإفراط في تناول الطعام وعندما تصوم تستريح قوة الحياة ويعاد شحنها بالطاقة الكونية.

إن تعطلت سيارتك ترسلها إلى ورشة التصليح، وبعد القيام بالإجراءات اللازمة تشتغل بصورة أفضل لبعض الوقت إلى أن يتعطل فيها شيء آخر، فترسلها ثانية لمزيد من الصيانة والتصليح. وهكذا يجب معاملة الجسد. النتائج الجسدية للصيام مدهشة. إن صياماً لثلاثة أيام على عصير البرتقال سيرمم الجسد بصورة وقتية. ولكن صياماً طويلاً سيصلحه كلياً، وستشعر بأن جسمك قوي كالفولاذ. وإن كنت ترغب في الصحة الدائمة فينبغي أن تراقب دوماً نوعية وكمية الطعام الذي تتناوله.

يجب أن تعرف ما ينبغي عمله أثناء الصيام. فالإشراف الطبي ضروري بالنسبة للذين يرغبون بالصيام لفترة تزيد عن ثلاثة أيام. إنني لا أنصح أحداً بجعل صيامه الأول طويلا لأنه سيشعر بالضعف والإعياء. إن صياماً ليوم واحد في الأسبوع على عصير الفاكهة أو لثلاثة أيام متتالية كل شهر على عصير البرتقال هما طريقتان جيدتان لتعويد نفسك على الصيام. على الصائم أن يكون مستعداً نفسياً للتعامل مع المتعاطفين معه الذين سيؤكدون له بأنه سيمرض أو سيموت (لا سمح الله) إن لم يأكل. صحيح أنك قد تشعر بالضعف خلال صيام طويل، لكن ذلك يحدث في الأيام القليلة الأولى لأن قوة الحياة قد تعودت على الغذاء. ولكن تدريجياً ومع مرور الأيام تفقد أي شعور بالوهن. فقوة حياتك وروحك تصبحان منفصلتين عن الطعام وتجد أن الجسد يعال فعلا بقوة الحياة.

إنني أعرف السر الذي بواسطته يستطيع الشخص أن يصوم دون أن يفقد أياً من وزنه. فعندما يتم التحكم تحكماً واعياً

بقوة الحياة يمكن استخدامها للتقليل من وزن الجسم أو للإحتفاظ به كما هو. فعند استخدام هذه الطريقة لا تنخفض درجة حرارة الجسم الطبيعية مهما طالت فترة الصيام. وإذ يتم سحب الطاقة الكونية عن طريق منفذ خاص في الجسم فإن قوة الحياة تتجدد بتلك الطاقة بدلا من اعتمادها على مصادر خارجية.

الحياة خالدة ولا تعتمد على التنفس أو على الطعام أو الماء أو أشعة الشمس. لا تنسَ أنك روح لا يمسه الفناء تحيا أولا وقبل كل شيء بقوة الله وليس بأية قوة أخرى.

الوعي يبقى حياً بعد الموت الجسدي، لكن الشخص العادي يفقد ذلك الشعور بالاستمرارية ويظن أنه ميت. كل واحد منا سيعاني الموت الجسدي يوما ما، لذلك لا حاجة للخوف من الموت. إنك لا تتخوف من فقدان الإحساس بالجسد أثناء النوم. بل تتقبل النوم كحالة من التحرر تتطلع إليها بشوق. وبالمثل فإن الموت هو حالة من الراحة.. تقاعدٌ من الحياة. لا يوجد ما يبعث على الخوف. عندما يحين الموت اضحك هازئاً به. الموت مجرد اختبار الغاية منه تعلـُّم درس كبير. أنت روح والروح لا تموت. لا حاجة لانتظار الموت كي يعلمك ذلك ما دام في استطاعتك أن تعرف ذلك الآن. الدرس الأول الذي يجب أن تتعلمه هو أن الحياة لا تتوقف على الطعام. بالصيام يمكنك أن تتأكد من ذلك بنفسك.

كل واحد يجب أن يعمل على تنمية قواه العقلية بحيث يتمكن من القيام بأعماله بشكل أفضل تحت كل الظروف. ينبغي مراعاة النظام والانضباط ومع ذلك يجب أن لا يكون الإنسان متخشباً بل مرناً ومنطقياً في التعامل مع الحياة والظروف.

كل العادات الأساسية للطفل تتشكل ما بين سن الثالثة والسابعة. البيئة الصالحة تساعد على توجيه نموه. لكن تغيير النزعات البارزة تتطلب تدريباً خاصاً.

في مدرستي الخاصة أعطيت الأولاد تدريباً قاسياً من حيث التعامل مع الجسد. فقد كانوا يصومون وينامون على بطانية على الأرض دون استعمال الوسائد. أحياناً كانوا يتأملون لساعات. إن مساعدة الأطفال على التحرر من الاستعباد للجسد هو أمر في غاية الأهمية وبركة لهم مدى الحياة. ذات مرة جلس أحد التلامذة

لإثنتي عشرة ساعة في التأمل دون أن يرمش له جفن. مثل هذا الإتزان يمنح سعادة كبيرة. التدريب المثالي يكمن في التهذيب العلمي المتوازن للجسم والعقل والنفس. وفي هذا جوهر الصيام وأهميته.

هناك علم ميتافيزيقي ما ورائي خلف الصيام. الإنسان بالفعل لا يحيا بالخبز وحده. شيئان يبقياننا مقيدين بالأرض: النـَفـَس والطعام. أثناء النوم يغفل الإنسان عن الحاجة إلى التنفس أو الطعام لأن النفس تكون منفصلة عن الوعي الجسدي. الصيام يسمو بالعقل بنفس الكيفية. فمن خلال الصوم يعتمد العقل على قواه الذاتية. عندما تظهر تلك القوى تصبح قوة الحياة في الجسد معززة بالطاقة الأبدية المنسابة باستمرار من الأثير الكوني إلى الجسم عن طريق الدماغ والعمود الفقري.

لدى انفصال قوة الحياة عن المصادر المادية الخارجية لإعالة الجسد تشعر أنها مدعومة من الداخل ويدرك العقل أن المواد الصلبة التي كان يعتمد عليها الجسم ليست سوى مظاهر خشنة ومكثفة للطاقة. عندئذ يتمكن العقل من التعامل مباشرة مع قوة الحياة فيطلب منها إحداث التغييرات المرغوبة في الجسم.

للعقل قدرة على فعل كل شيء. لهذا تمكن السيد المسيح من تغيير الحجارة إلى خبز، مثلما فاض الماء من بين أصابع النبي عليه السلام عندما أدخل يده بإناء فيه ماء قليل وقال: حيّ على الطهور المبارك والبركة من الله.

لذلك الإعتماد الكلي على الطعام هو إجحاف بحق العقل وقوة الحياة في داخل الإنسان. بالصيام الطويل يدرك الصائم أن كل شيء عقل.

إن كل قوة وكل جسم أو جرم في هذا الكون هو نتاج العقل الإلهي، مثلما أن كل الأشياء التي تراها في الحلم هي من خلق العقل الباطن.

العقل يتحكم بالجسم. فأثناء الصيام إن فكرت بأن جسمك سيضعف جراء الصيام فسيضعف فعلا. وإن فكرت أن الصيام سيوهن قواك ستشعر بالوهن نتيجة لتلك الفكرة.

ولكن إن أقنعت نفسك أن جسمك قوي لن تشعر بالإعياء، بل تشعر بدلا من ذلك بقوة عظيمة منعشة. معظم الناس لا يعرفون هذه الحقيقة لأنهم لم يجرّبوها أبدا.

لن يُظهر العقل معجزاته ما لم تقم بتفعيل قواه. ولن يعمل ما دمت تكثر من الإعتماد على الأشياء المادية. لهذا تبقى عجائبه محجوبة عن الرؤية العادية.

ولكن عندما تتعلم – من خلال الصيام – الإعتماد على العقل ستجده يعمل في كل شيء، سواء في التغلب على المرض أو استجلاب الرخاء والبحبوحة، أو إدراك غاية الحياة السامية: العثور على الله.

من يتمكن من السيطرة على عقله سيتمكن أيضاً من السيطرة على جسمه ومتطلباته، وسيحرز سلاماً روحيا وانعتاقاً من القيود الأرضية التي تكبّل النفس والجسم معاً.

من ناحية أخرى فإن الإعتقاد بعدم وجود المادة وشمولية الروح يجب أن لا يكون مؤسساً على النظريات الغامضة أو التي لا يمكن تعليلها منطقياً، بل يجب ارتكازه على أسس عملية وإدراك ذاتي عميق.

يحقق الناس أنفسهم عادة مع الجسد الذي يعال بالطعام، لكنهم يقصرون عن الإدراك بأن المصدر الرئيسي للجسد هو قوة الحياة. فلا الطعام ولا أية وسيلة خارجية أخرى يمكن أن تبعث الحياة في جسد سُحب منه التيار الكوني.

العلاقة بين جسم الإنسان المادي وعقله هو طاقة أو قوة الحياة. لقد اكتشف حكماء الهند القدامى وجود هذه الطاقة (برانا prana) واستنبطوا العلم المدعو (براناياما pranayama) أي التحكم الواعي بقوة الحياة في الجسد.

السيد المسيح صام في البرية لأربعين يوما. والنبي عليه السلام كان يصوم ويقول: "صوموا تصحوا".

الذين لا يصومون أبدا لا يمكنهم أن يعرفوا بالتجربة أن الحياة ممكنة بدون طعام.

في المراحل الأولى لصيام أسبوع يكون الشعور بالجوع موجوداً. ولكن مع مرور الأيام يتضاءل الشعور بالجوع ويحس الصائم بخفة ونشاط وحيوية وبأنه متحرر من قيود الجسد.

لماذا؟ لأن حرمان الجسد من الطعام الخشن يضطره للاعتماد على الغذاء اللامادي: تيار أو طاقة أو نشاط أو قوة الحياة.

إرادة الإنسان هي المولد الأكبر للطاقة. فبقوة الإرادة وبالرغبة التلقائية يتمكن الشخص من الحصول السريع على القوة الروحية من المستودع اللانهائية.

الشخص غير الراغب في القيام بأعماله اليومية يشعر بنقص في النشاط والحيوية. أما الذي يعمل بجد وحماس وبرغبة صادقة في العمل يتخلله التيار الكوني ويشحن جسمه وروحه بمقومات الحيوية.

من يعرف ويمارس أساليب العيش الميتافيزيقية بقوة الإرادة، ويعرف طريقة سحب قوة الحياة بكيفية واعية من مصدرها الكوني الذي لا ينضب، يتحرر من قيود جسدية عديدة.

يقول حكماء ويوغيّو الهند أن المادة هي جوهر عقلي مكثف. وبعضهم أثبت هذه الحقيقة بالبرهان على القدرة على تجسيد وتحليل جسمه وأشياء أخرى بالإرادة.

العلم الحديث أثبت أن المادة مركبة من قوى اهتزازية. العناصر الكيماوية التي تعتبر العوامل التكوينية لكل الصور والأشكال في الكون من حجارة وكواكب حتى الإنسان، ما هي سوى صور مختلفة وأشكال متباينة للإهتزازات الإلكترونية. الجليد على سبيل المثال يتميز بالبرودة والوزن والشكل. بالإمكان رؤيته وملامسته. إذا أذبنا الجليد يتحول إلى ماء. وإن قمنا بغلي الماء يتحول إلى بخار ويصبح بعدها غير منظور. لهذا يمكن القول من وجهة نظر علمية أن الجليد أو الثلج غير موجود مع أنه محسوس بالنسبة لحواسنا. لكن جوهره هو الكترونات غير منظورة أو أشكال من الطاقة.

وبعبارة أخرى، فالذي يمكن إذابته أو حلّه إلى حالة غير منظورة لا يمكن القول بأن وجوده حقيقي. ومن هذا المفهوم يمكن اعتبار المادة بأنها غير موجودة،لكن وجودها نسبي.

المادة موجودة بالنسبة لعقلنا. إنما في الجوهر هي قوى غير منظورة، لا تفنى ولا تتغير إلا من حيث المظهر والشكل المادي.

وبالمثل فإن العقل البشري والمادة هما مظهران من مظاهر الوعي الإلهي، ولهما وجود شكلي وحسب. لكن الحقيقة هي أنه لا وجود إلا للعقل الكوني.

وكما أن الطفل يولد بواسطة الوالدين، هكذا تعتمد المادة على العقل في وجودها. المادة وليدة العقل الإلهي وتبدو محسوسة للعقل البشري. فبذاتها ومن ذاتها لا حقيقة للمادة لأنها لا تمتلك وجوداً جوهرياً.

القوى الإلكترونية للمادة بالرغم من كونها غير عاقلة، لكنها تحتوي على اهتزازات قوة الحياة الكونية الواعية بذاتها، والمنبثقة بدورها عن مصدر إلهي.

قال الله (نور السموات والأرض) ليكن نور فكان نور.. هذا معناه أن تركيز العقل الإلهي والإرادة الإلهية أصبحا نوراً أو طاقة مهتزة.

تيار الحياة الكوني والإلكترونات التي اهتزت فيما بعد بقوة أكبر أصبحت القوى الشفافة المتنوعة للطبيعة. وهذه القوى تجسّدت بشكل العناصر المادية الأساسية التي منها يتألف الكون المادي.

المادة حقيقية ومحسوسة بالنسبة للوعي البشري. لكن الإنسان اكتشف بالتجربة والمنطق وبعض التجارب المعملية أنه لا بد من وجود قوة خلاقة دائمة وغير خاضعة للتغيير خلف كل الصور والأشكال الوهمية للعالم المظهري.

هذه الحقيقة يمكن إدراكها بفهمنا لحقيقة المحيط الذي هو موجود مع أن لا وجود لأمواجه كونها مظاهر مؤقتة لجوهر واحد عظيم هو المحيط. لا يمكن للأمواج أن توجد بدون المحيط، لكن المحيط موجود بالأمواج وبدونها.

هذه المفاهيم يمكن استيعابها عقلياً ولكن لا يمكن معرفتها ما لم يتعلم الشخص تحويل المادة إلى قوة حياة، وقوة الحياة إلى وعي كوني كما فعل ويفعل الأنبياء وبعض العظماء وذوو المعرفة الذاتية. فالمادة بالنسبة لأولئك المستنيرين هي غير موجودة بذاتها لأنهم يدركون يقيناً أنه تحت أمواج الخليقة يكمن محيط الروح الثابت وغير الخاضع لقوانين التغيير والتبديل.

الكون في فلسفتيّ الفيدانتا واليوغا هو حلم في وعي الله الأبدي اليقظة (الذي لا تأخذه سنة ولا نوم). المادة والعقل، والكون بنجومه وكواكبه، والأمواج السطحية الكثيفة والتيارات التحتية الشفافة اللطيفة للخليقة المادية، والقوى البشرية للشعور والإرادة والوعي، وحالات الحياة والموت والليل والنهار والصحة والمرض والنجاح والفشل، كلها حقائق طبقاً لقانون النسبية الذي يحكم هذا الحلم الكوني.

إن كل الأمور التي يتم إدراكها بواسطة قانون النسبية هي حقيقية بالنسبة للحالم البشري الذي يلعب دوره الصغير في الحلم الكوني الكبير. ولكي يفلت الإنسان من الوهم الكوني أو قانون النسبية عليه أن يستيقظ من الحلم إلى يقظة الله الأبدية.

لا يمكن أن نغيّر هذا الحلم عن طريق الخيال أو نكران وجوده، أو بقبول الحياة لكن برفض الموت، أو بالاعتراف بالصحة ولكن بتجاهل المرض. إن كل حالة هي جزء لا يتجزأ من حالة نقيضة لها، تماماً كالجانب الآخر للعملة أو لقطعة القماش. الثنائيات غير منفصلة عن بعضها، بل ذات طبيعة متصلة. والباحث عن الحقيقة لا يحاول فصلها في عقله، بل الترفع عنها بالمعرفة والحكمة.

من يريد أن يتقبل فقط المظاهر الإيجابية والسعيدة والمفيدة كحقائق لكون ثنائي الطبيعة هو إنسان مستغرق في أوهام العالم ذي الطبيعة الحالمة.

وكما يحلم الشخص أحلاماً تبدو حقيقية لبعض الوقت، لكنها تفقد صحتها عند انتقاله إلى حالة اليقظة، هكذا من الممكن للإنسان أن يستيقظ من حلم المادة الذي يبدو حقيقياً ويحيا في عالم الروح الحقيقي والعديم التغير.

فقط الإنسان المستكمل الذي تعلم كيفية تمديد وعيه وتحويليه إلى المطلق اللانهائي عن طريق التأمل والإستبحار يمكنه إدراك الخليقة كحلم إلهي. وهو وحده يستطيع القول بمعرفة أكيدة أن لا وجود للمادة. ومع التهذيب النفسي المتواصل وتطوير القدرات الذاتية واتباع تأمل اليوغا العلمي، أو أي طريق آخر للإدراك الروحي، سواء كان طريق الإيمان أو المحبة أو الخدمة أو نكران الذات أو العبادة الصادقة.. يتمكن

الباحث عن الله من إذابة الثنائيات ويدرك الوحدة الأزلية خلف كل مظاهر الكثرة والتعداد.

من يتحرر من الوهم الكوني يعرف بأن الله جل وعلا هو الكل في الكل في الوجود فيلامس وعيه الإلهي ويدرك جوهر الحقيقة.

والسلام عليكم.

الغني من أغناه الله

كما رواها المعلم برمهنسا يوغانندا

كان الإمبراطور أكبر (1556-1609م.) أحد أباطرة المغول في الهند، وكان من أعظم ملوك القارة الآسيوية الذين عرفهم التاريخ على مر الأجيال. وقد استحق لقب راعي الإنسانية نظراً لما كان يتحلى به من عدل وإنصاف بين الناس واهتمام جدي بشؤونهم. كما عمل جاهداً على استعادة أراضي الهند السليبة وتوحيدها في دولة مركزية قوية.

وكان أكبر من دعاة التسامح بين الأديان المختلفة في الهند. فأثناء حكمه ازدهرت الهندوسية والإسلام جنباً إلى جنب بتوافق وانسجام تامين. فالإمبراطور المسلم (أكبر) كان يتزيا أحياناً بالزيّ الإسلامي ويذهب للصلاة في المسجد، وأحياناً أخرى كان يرتدي اللباس الهندي ويقصد المعبد الهندوسي للتأمل والعبادة.

هذا الإمبراطور الكبير القلب والواسع الصدر لم يتوقف يوماً واحداً عن إغداق الهبات والعطايا على المحتاجين والمؤسسات الإجتماعية في طول البلاد وعرضها.

كان من عادته أن يركب في عربة ملكية فاخرة يجرها ثمانية جياد مطهمة. وكان الحراس والمنادون يعلنون عن قدوم موكبه الفخم بالطبول والصنوج والأبواق في كافة أرجاء المدينة.

وبالرغم من كل هذا المجد والأبهة، كانت هناك أوامر صارمة من أكبر نفسه لتوقيف الموكب في أي وقت وفي أي مكان إن أراد أحد الرعايا أن يرفع إليه طلباً أو يلتمس منه عوناً.

ذات يوم وأثناء مرور الموكب الملكي المهيب في جادة عريضة تحفّ بها الأشجار من الجانبين، لاحظ الإمبراطور ضريرين جالسين على بُعد أمتار قليلة من بعضهما وهما يصيحان طلباً للعون والصدقة.

أمرَ أكبر توقيف العربة أمام الضرير الأول الذي كان يصيح:

"الغني من أغناه الإمبراطور."

وبعد أن استمع جيداً لتلك العبارة طلب من السائق أن يتقدم نحو الضرير الآخر الذي كان يصيح:

"الغني من أغناه الله."

على مدى شهر كامل، كان الإمبراطور يسمع نفس العبارتين كلما مر بجانب الضريرين اللذين كانا يطلبان الغنى منه ومن الله. أخيراً دبّت النخوة في رأسه ورغب في مساعدة الرجل الأول الذي كان شعاره: الغني من أغناه الإمبراطور.

وذات يوم طلب أكبر من خباز القصر أن يخبز له رغيفاً كبيراً (من نوع الكماج السميك) على أن يكون قلب الرغيف محشواً بالذهب الخالص. هذا الرغيف أعطاه أكبر للضرير الأول وتجاهل كلياً الضرير الثاني الذي كان يتأمل الغنى من الله وليس من الإمبراطور.

بعد ذلك بقليل ذهب أكبر في رحلة صيد ولدى عودته مرّ في نفس الجادة فرأى الضرير الذي أعطاه رغيف الذهب ما زال في مكانه ويصيح كسابق عهده: ’الغني من أغناه الإمبراطور.‘

فطلب توقيف العربة الملكية أمام الضرير وقال له: "ما الذي فعلته بالرغيف الذي أعطيته لك؟"

فأجاب الرجل:

’يا صاحب الجلالة، الرغيف الذي تكرمت به عليّ كان كبيراً ولم يكن جيد الخـَبز لأنه كان ثقيلاً جداً، ولذلك بعته بعشرة فلوس للضرير الآخر وكنت ممنوناً للحصول على تلك الفلوس التي هي في الأصل من خيركم‘.

تلفـّت أكبر حوله بحثاً عن الضرير الآخر فلم يجده. وبعد الإستفسار عنه علم أنه أعطى الرغيف لزوجته وما أن شقـّته حتى عثرت على الذهب فاشتريا به بيتاً متواضعاً وقد تحسن حالهما بعد أن حقق الله أمنيتهما وأغناهما من واسع فضله.

ما أن سمع الإمبراطور ذلك حتى أدرك المغزى العميق لتلك الحادثة. وبتواضع باطني لا مزيد عليه تظاهر أنه منفعل وغاضب وراح يؤنب الضرير الأول قائلا:

’ما الذي فعلته يا غبي؟ لقد أعطيتَ رغيفي المحشو بالذهب إلى صديقك الذي اتكل على الله وليس عليّ أنا من أجل الغنى. من الآن وصاعداً يجب أن تتبنى شعاره وتنادي مثلما كان ينادي: الغني من أغناه الله.

أو ما معناه:

من لهُ الوهّابُ يعطي

وحدهُ يُدعى غنيا

والسلام عليكم

الغذاء المغناطيسي أو الفكري

عندما يتحدث الناس عن الغذاء أو التغذية فإنهم يقصدون بذلك الغذاء المادي المستعمل لإعالة الجسد. لكن هناك أنواعاً أخرى من الغذاء لا تقل أهمية عن الغذاء المادي، بل هي أكثر أهمية في أحيان كثيرة.

من تلك الأغذية الفكرية أو الروحية:

النشاط العقلي أو تركيز الذهن والحكمة والتمييز الروحي.

الغذاء المادي يعيل خلايا الجسم أما الغذاء الفكري فيشحن العقل بالأفكار الصحية، في حين يقوم غذاء الحكمة بإنعاش النفس وتطوير ملكاتها.

الغذاء الفكري يتألف عادة من الأفكار التي يفكرها الإنسان وتلك التي يتلقاها من الآخرين بفعل الإتصال بهم والتفاعل معهم.

ذوو الطباع الهادئة والطبائع النبيلة يساعدون على جعل أفكارنا مغناطيسية وصحية. ليس صعباً تحديد ما إذا كان الشخص يستمد غذاءه الفكري من بيئة مسالمة أو مشاكسة. فالقلق النفسي والإضطراب والتشويش.. كلها تنجم عن مخالطة النوع المغلوط من الناس، سواء من الأصدقاء أو الأقرباء، مما يتسبب في أفكار قلقة ومزاج معكر.

الجسم يستمد الطاقة والنشاط من الأغذية المادية، في حين تقوم الأغذية المغناطيسية بإمداد الجسم والعقل معاً بشحنات من الطاقة أسهل هضماً من الأطعمة الجامدة والسائلة التي لا يمكن تحويلها بسهولة إلى طاقة حية.

عندما تتمكن من تحويل الجهل إلى حكمة..

والضعف والوهن إلى صحة وحيوية..

والسير بثقة وجرأة – ولو بمفردك - على دروب الحياة..

والإبتهاج الباطني لامتلاكك ضميراً حياً ويقظاً..

والإيمان القاطع بعدل الله وبانتصار الحق على الباطل والحقيقة على الوهم..

وعندما تحاول كل يوم إطلاق أفكارك نحو مستويات أرق وأرقى..

وتمتلك قلباً محباً وشكوراً..

ونوايا طيبة نحو الآخر..

يكون غذاؤك الفكري مغناطيسياً..

وستجذب إليك عندئذٍ كل ما هو جميل ونافع..

من أشياء وأشخاص وظروف..

تمس لها الحاجة في مواصلة المسيرة نحو شواطئ الأمن وبر الأمان.

وليس آخراً..

عندما تبذل المجهود لتحصيل ما تحتاجه وتقنع بما ييسره الله لك

تكون أغنى نفساً وأكثر رضاءً من المتهالكين على الدنيا.. الطامعين في حطامها

والسلام عليكم

الله لا يتخلى عن محبيه

من كتاب مذكرات يوغي: السيرة الذاتية (فلسفة الهند في سيرة يوجي)

"لو أن والدنا حرمك من الميراث يا موكندا[1] لكنتَ بالفعل تستحق ذلك، فأنت تضيّع حياتك بسخف وحماقة!"

هكذا اقتحمت أذني تلك الموعظة من أخي الأكبر. وكنت قد عدت مع جيتندرا للتو من القطار وقد غطتنا طبقة من الغبار حينما بلغنا منزل أنانتا الذي كان قد انتقل أخيرا إلى مدينة أغرا القديمة. وكان أخي الأكبر يعمل محاسباً بقسم الأشغال العامة في الحكومة، فقلت له: "أنت تعلم يا أخي أنانتا أنني أطلب ميراثي من الله."

أجابني: "المال أولا والله يأتي فيما بعد! من يدري؟ فقد تكون الحياة طويلة!"

قلت: "الله أولا والمال عبده! ومن يستطيع التنبؤ؟ فقد تكون الحياة قصيرة!"

أتت إجابتي عفوية دون أن أشعر أن شيئاً ما وشيك الحدوث. (إنما وا أسفاه! فقد ارتحل أنانتا عن هذا العالم في سن مبكرة.)

والتمعت عينا أخي بالرضا إذ كان لا يزال يأمل في عودتي إلى العش العائلي، فقال:

"أظنها حكمة من الصومعة. ولكن يبدو لي أنك تركت بنارس!"

فقلت له: "لم تكن إقامتي في بنارس غير مثمرة، إذ وجدت فيها كل ما كان يصبو إليه قلبي! وبإمكانك أن تثق أن ما وجدته لم يكن ذلك (العلاّمة) الذي قابلته بصحبتك، ولا ولده."

وشاركني أنانتا بالضحك لذكرى ما حدث، وقد اعترف بنفسه أن عالم بنارس "صاحب الجلاء البصري" الذي اختاره لكي يكون مرشدي تبيّن أنه بالفعل مصاب بعدم التبصر وضعف البصيرة. وسألني:

"إذن ما هي خطتك يا أخي التائه الجوّال؟"

فأجبته موضحاً: "طلب مني جيتندرا مرافقته إلى مدينة أغرا لنستمتع بروائع التاج محل، ومن بعدها سنذهب إلى مرشدي الذي عثرت عليه حديثا، والذي عنده صومعة في بنارس.

أحسن أنانتا ضيافتنا، وفي المساء راح يرمقني مرارا بعينين فاحصتين، فقلت في نفسي:

"إنني أعلم ما وراء تلك النظرة! فهناك "طبخة" يحضّرها!"

وبالفعل حدث ما توقعته أثناء تناول طعام الفطور. وكانت نظرة أنانتا بريئة وهو يستجمع أطراف حديث الأمس بالقول: "إذاً هكذا تشعر أنك في غنى عن مال والدنا!"

قلت: "بل أن اعتمادي هو على الله وحده."

أجابني: "الكلام رخيص يا موكندا! لقد حماك القدر حتى هذه اللحظة. ولكن كم ستكون ورطتك محرجة لو اضطررتَ إلى الاعتماد على تلك اليد غير المنظورة كي تمدك بالغذاء والسكن! لا بد أنك ستلجأ عندئذ إلى التسول في الشوارع!"

قلت: "معاذ الله! فأنا لن أضع ثقتي في المارة بدلا من الله الذي يفتح أبواب الرزق لمن يتعبد إليه ويثق به ويدبر له مصادر عيش لا حصر لها، باستثناء الشحاذة والاستجداء!"

قال: "كلها تعابير بلاغية وكلمات طنانة! لنفرض أنني طلبت منك أن تضع فلسفتك التي تتباهى وتتبجح بها على محك التجربة الواقعية في هذا العالم المادي فهل تقبل؟"

قلت: "نعم أقبل! أيجوز أن نحصر الله في المجال النظري فقط؟"

قال: "سوف نرى. فاليوم ستكون أمامك الفرصة إما لتوسيع آرائي أو للاعتراف بصحتها."

وتوقف أنانتا للحظة دراماتيكية ثم واصل حديثه ببطء ورزانة قائلا:

"أقترح إرسالك مع صديقك جيتندرا هذا الصباح إلى مدينة برندبان القريبة من هنا شرط ألا تأخذ معك روبية واحدة، ولا تستجدي طعاما أو مالا، ولا تخبر أحداً عن ورطتك، ولا تظل بدون طعام أو تتقطع بك السبل في برندبان. فإن عدت إلى منزلي هنا قبل منتصف الليل دون الإخلال بأحد شروط هذا الاختبار فإنني سأكون أكثر الناس دهشة في أغرا!"

قلت: "وأنا أقبل التحدي."

لم يكن هناك من تردد لا في كلماتي ولا في قلبي. فقد ومضتْ ذكريات سارة عن العون الإلهي العاجل: شفائي من الكوليرا القاتلة بالتوسل إلى الله أمام صورة لاهيري مهاسيا،

وهدية الطيارتين الورقيتين فوق سطح منزل لاهور، والتميمة التي أتت في حينها وسط القنوط والإحباط في باريللي، والرسالة الحاسمة على لسان ناسك بنارس المجهول خارج فناء منزل الBانديت، ورؤية الأم المقدسة وسماع كلمات حبها الجليلة واستجابتها الفورية لأمنياتي عن طريق المعلم مهاسيا، والإرشاد الذي جاءني في اللحظة الأخيرة وساعدني في الحصول على شهادة الثانوية، ثم معلمي الحي وهو النعمة الأخيرة التي أتتني وسط ضباب أحلام العمر. لن أسمح أبدا بأن تكون "فلسفتي" غير كفؤ للصراع في ميدان هذا العالم القاسي المؤمن بالأدلة والبراهين الحسية.

وأجابني أخي قائلا: "إن قبولك للتحدي هو شرف لك، وسوف أرافقك في هذه اللحظة إلى القطار."

ثم التفت أنانتا إلى جيتندرا الفاغر الفم من شدة الدهشة وخاطبه قائلا: "يجب أن ترافقه كشاهد، ومن المحتمل جدا كضحية أيضا!"

وفي غضون نصف ساعة كنت مع جيتندرا نمسك تذاكر الذهاب فقط لهذه الرحلة الفجائية، بعد أن أخضعنا أنانتا لفحص دقيق في أحد أركان المحطة وتأكد بنفسه بأننا لم يكن معنا أي نقود، وأن قطع القماش التي كنا نلفها حول وسطنا لم تكن تخفي أكثر مما هو ضروري.

وقال صديقي محتجا وسط احتدام الصراع بين المال والأيمان: "أنانتا، اعطني روبية أو اثنتين كاحتياطي أستند إليه لأبعث إليك ببرقية في حال الحظ العاثر."

وصحت به موبخاً: "جيتندرا، لن أمضي في هذا الاختبار إن حملت معك نقودا كضمانة أخيرة."

فأجاب جيتندرا: "إن رنين العملة يبعث على الاطمئنان." ولكن لم يكن أمامه سوى الصمت عندما زجرته بصرامة.

وقال أخي الأكبر: "يا موكندا، إنني لست عديم الشفقة."

ورنت نغمة التواضع في صوت أنانتا، وربما كان ضميره يؤنبه لإرساله صبيين مفلسين إلى مدينة غريبة، أو لعدم إيمانه في قدرة الله، ثم أردف قائلا:

"إذا تمكنت بفعل أية صدفة أو نعمة من اجتياز محنة برندبان بنجاح فسأطلب منك أن تكرسني تلميذا لك."

وكان هذا الوعد شاذا لا يتلاءم مع العادات والتقاليد المرعية. فالأخ الأكبر في الأسر الهندية قلما ينحني أمام من يصغره، فهو يأتي بعد الأب مباشرة في تلقي الاحترام والطاعة ممن يصغرونه سنا، إلا أنه لم يبق من وقت للتعليق على ما قاله، إذ شرع القطار بالتحرك.

التزم جيتندرا بصمت حزين والقطار ينطلق بسرعة، وأخيرا تحرك في مقعده وقرصني بشدة في مكان موجع، وهو يقول:

"لا أرى ما يوحي بأن الله سيزودنا بالوجبة القادمة!"

فقلت: "إلزم الهدوء يا مرتاب، فالله يعمل في الخفاء."

أجاب: "هل يمكنك أن تستعجله؟ أكاد أن أهلك جوعا لمجرد التفكير فيما ينتظرنا. لقد تركت بنارس لأستمتع بمشاهدة ضريح التاج محل، لا أن أدخل ضريحي الذاتي!"

فقلت: "طب نفساً وابتهج يا جيتندرا! ألسنا في طريقنا لإلقاء النظرة الأولى على عجائب برندبان المقدسة؟ إنني أذوب شوقاً لمجرد التفكير بأنني سأطأ الأرض التي باركتها قدما السيد كريشنا."

في تلك اللحظة فـُتح باب مقصورتنا ودخل رجلان، وقد كانت المحطة التالية هي الأخيرة.

خاطبني الغريب الذي جلس مقابلي باهتمام ملحوظ مستعلماً: "يا شباب، هل عندكما أصدقاء في برندبان؟"

وحوّلت بصري عنه بجفاء قائلا: "هذا ليس من شأنك."

فقال: "لعلكما هاربين من أسرتيكما بسحر سارق القلوب. أنا أيضاً صاحب أشواق روحية وسأتأكد من حصولكما على الطعام والمأوى من هذا الحر الشديد."

أجبته: "كلا يا سيدي، دعنا وشأننا. إنك كريم لكنك تخطئ إذ تظننا هاربين."

انتهى الكلام بيننا عند هذا الحد. وما أن توقف القطار ونزلت مع جيتندرا إلى الرصيف حتى لفّ صديقا الصدفة أذرعهما حولنا واستدعيا مركبة أجرة.

ترجلنا أمام منسك فخم في بقعة رائعة وسط الأشجار الدائمة الخضرة. وواضح أن المحسنين كانا معروفين هناك، إذ تقدم منا صبي مبتسم وقادنا دون تعليق إلى غرفة استقبال حيث رحبت بنا عجوز ذات طلعة بهية محترمة.

وخاطب أحد الرجلين المضيفة قائلا: "يا حضرة الأم جوري، لن يتمكن الأميران من الحضور. ففي اللحظة الأخيرة تغيّر برنامجهما وقد بعثا إليكِ بخالص الشكر وشديد الاعتذار. لكننا أتينا بضيفين آخرين شعرت حينما تقابلنا في القطار بانعطاف نحوهما كمريدين للسيد كريشنا."

واتجه الرفيقان نحو الباب مرددين: "نستودعكما السلامة يا صديقينا الصغيرين، سوف نلتقي ثانية إن شاء الله."

وافتر ثغر الأم جوري عن ابتسامة حنان عذبة لضيفيها غير المتوقعين وهي تقول: "يا أهلا ويا مرحبا بكما؟ لم يكن ممكنا أن تأتيا إلى هنا في يوم أفضل من هذا. لقد كنت أتوقع حضور أميرين إلى هذه الصومعة. إنني سعيدة لقدومكما وإلا لكنت سأذوب خجلا لو أن الطعام الذي أعددته بعناية كبيرة لم يجد من يتذوقه ويستطيبه!"

كان لهذه الكلمات الطيبة تأثير مثير للدهشة على جيتندرا الذي انفجر باكيا. فالمصيبة التي كان يخشى حدوثها في برندبان تحولت إلى مأدبة تليق بالملوك والأمراء. وكان هذا التحول

المفاجئ أكبر من أن يتحمله. فتطلعت إليه المضيفة بفضول لكن دون تعليق، إذ ربما كانت على دراية بانفعالات المراهقين.

دُعينا إلى الغداء، فأخذتنا الأم جوري إلى غرفة الطعام المعطرة بالروائح المثيرة للشهية، ثم توارت في المطبخ المجاور.

وكنت في انتظار هذه اللحظة، فتخيرت بقعة ملائمة من جسم جيتندرا وقرصته قرصة مشابهة لقرصته لي ونحن في القطار، قائلا:

"إن الله يعمل وبسرعة أيضا يا قليل الإيمان!"

وعادت المضيفة تحمل بيدها مروحة راحت تهوّي لنا بها على الطريقة الشرقية دون توقـّف، بينما كنا نجلس على بطانيات مزخرفة. وراح تلاميذ المنسك يجلبون ما يقرب من الثلاثين لوناً من الطعام. تلك لم تكن مجرد وجبة غداء عادية، بل وليمة فاخرة! فمنذ قدومنا إلى هذا الكوكب الأرضي لم نذق من قبل مثل هذه الأطعمة الشهية.

وتوجهت بالحديث إلى مضيفتنا قائلا: "إنها أطباق تليق فعلا بالأمراء أيتها الأم المحترمة! لست أدري ما هو ذلك الأمر الملحّ الذي اعتبره ضيفاك الملكيان أهم من حضور هذه المأدبة! لقد منحتينا ذكرى من ذكريات العمر لن ننساها أبدا!"

وإذ منعتنا شروط أنانتا من الإفصاح عن المزيد، فلم نستطع أن نبيّن للسيدة الجليلة أن شـُكـْرنا يحمل معنى مزدوجاً، لكن إخلاصنا كان واضحا. وقد ارتحلنا مزودين ببركاتها وبدعوة حارة لأن نعاود زيارة للمنسك.

كان الحر في الخارج قاسيا لا يرحم، فاحتميت مع صديقي في ظل شجرة كادمبا عند باب المنسك. وقد تلا ذلك كلام جارح، إذ للمرة الثانية ساور جيتندرا التوجس والارتياب، فقال:

"يا لها من ورطة أوقعتني بها ، فغداؤنا كان من قبيل الحظ! والآن كيف السبيل إلى التمتع بمحاسن هذه المدينة دون

قطعة نقود واحدة في يدنا؟ ثم هل لك أن تخبرني كيف سنتمكن من العودة إلى بيت أنانتا؟"

فقلت: "أما وقد امتلأت معدتك الآن، فما أسرع نسيانك لله!"

لم تكن كلماتي قاسية بل عتابية. فما أقصر ذاكرة الإنسان حيال نعم السماء! لا يوجد في هذا العالم إنسان واحد لم يحصل على استجابة لبعض توسلاته."

أجاب جيتندرا: "لن أنسى حماقتي في المجازفة مع شخص متهور مثلك!"

قلت: "كفى يا جيتندرا، فالله الذي أطعمنا هو نفسه يتدبر أمرنا في برندبان وسيعيدنا إلى أغرا!"

وما أن انتهيت من كلامي حتى اقترب منا بسرعة شاب صغير يبعث وجهه في النفس الطمأنينة والارتياح. وإذ وقف تحت شجرتنا انحنى أمامي قائلا:

"يا صديقي العزيز، لا بد أنك ورفيقك غريبان هنا، فاسمح لي أن أكون مضيفكما ودليلكما."

ومع أن وجه الهندي نادراً ما يمتقع، إلا أن وجه جيتندرا علاه على الفور شحوب واصفرار المرض. رفضتُ هذا العرض بأدب. لكن الشاب انفعل انفعالا كبيرا، لو كان في ظروف أخرى لكان يبعث فعلا على الضحك. وأجابني:

"بالتأكيد لن تتمكن من التخلص مني!"

قلت: "ولمَ لا؟"

فتطلع إلي بثقة قائلا: "لأنك معلمي. فبينما كنت أتأمل عند الظهيرة أبصرت السيد المبارك كريشنا في رؤية وأراني شخصين تحت هذه الشجرة بالذات، كان أحدهما وجهك يا معلمي الذي كثيرا ما رأيته في تأملاتي! كم سأكون سعيداً لو قبلتما خدماتي المتواضعة!"

فقلت: "وأنا أيضاً سعيد لأنك وجدتني. فلا الله هجرنا ولا الإنسان تخلى عنا!"

ومع أنني كنت واقفاً دون حراك، أبتسمُ لذلك الوجه المتلهف الماثل أمامي، إلا أن إحساساً بالخشوع جعلني أنحني بالروح عند الأقدام الإلهية.

وقال الفتى: "يا صديقيّ، كم أطمع في تشريفكما لبيتي بزيارة!"

فقلت: "أنك فتى كريم، لكننا لا نستطيع ذلك لأننا في ضيافة أخي في أغرا."

قال: "إذاً فاسمحا لي على الأقل بمرافقتكما في برندبان تذكاراً للقائنا هذا."

قبلت الدعوة بسرور، فطلب الشاب – وكان أسمه براتاب شاترجي – عربة يجرها حصان، فقصدنا معبد مدانا موهانا ومعابد أخرى لكريشنا. وحل الظلام ونحن ما زلنا نبتهل في المعبد. بعد ذلك قال براتاب:

"أستأذنكما في الحصول على بعض الحلويات."

ودخل دكاناً قريبا من محطة القطار، في حين كنا نتمشى في الشارع الفسيح الذي راح يغص بالمارة وكان الجو قد أصبح بارداً نسبياً. غاب صديقنا قليلا ثم عاد يحمل الكثير من الحلوى. وابتسم بتوسل وهو يمسك بحزمة من أوراق النقد مع تذكرتين ابتاعهما لسفرنا إلى أغرا، قائلا: "رجائي أن تمنحاني هذا الشرف الروحي."

وما كان قبولي إلا احتراماً لتلك اليد الخفية. ألم يكن سخاؤها – الذي سخر منه أنانتا – أكثر بكثير مما هو ضروري؟

وبحثنا عن زاوية منعزلة قرب المحطة وقلت:

"براتاب، سألقنك الكريا: طريقة لاهيري مهاسيا أعظم يوغي في العصر الحديث. وطريقته هذه ستكون مرشدك الروحي."

تم التكريس في نصف ساعة، وخاطبت التلميذ الجديد قائلا: "ستكون الكريا الدرّة الثمينة التي تحقق لك أمانيك. إن هذا الفن الذي تراه بسيطاً يشتمل على أسلوب التقدم الروحي السريع. الأسفار الهندية المقدسة تقول أن الذات البشرية المتجسدة تحتاج إلى مليون عام للتحرر من الخداع الكوني، لكن هذه الفترة الطبيعية الطويلة يمكن اختزالها كثيرا بفعل الكريا يوغا. وكما أثبت جاغادس شندرا بوز أن نمو النبات يمكن تسريعه أكثر من المعتاد، هكذا يمكن تعجيل نمو الإنسان النفسي بالمعرفة الباطنية. كن مخلصاً في ممارستك وسوف تقترب من الله معلم المعلمين ومرشد المرشدين."

وقال براتاب بتمعن: "أحس ببهجة عارمة لعثوري على هذا المفتاح اليوغي المبارك الذي طال بحثي عنه. إن تأثيره الروحي سيخلصني من قيود الحواس ويدفعني نحو عوالم أسمى. فرؤية السيد كريشنا اليوم هي بركات عظيمة في حياتي."

وجلسنا للحظات في فهم صامت ثم سرنا على مهل باتجاه المحطة. وكان الفرح يغمرني وأنا أستقل القطار، في حين كان جيتندرا يذرف الدمع. وكان وداعي لبراتاب مؤثراً تتخلله الزفرات والعبرات من صديقيّ الاثنين. مرة أخرى غرق جيتندرا في بحر من الحزن، ليس لذاته هذه المرة بل ضد نفسه، وراح يقول:

"آه كم كان إيماني بالله ضعيفاً! لقد كان قلبي متحجرا، أما الآن فلن أشك بعناية الله أبدا."

وما أن انتصف الليل حتى كان المغامران اللذان أرسِلا دون فلس واحد يدخلان بيت أنانتا. وقد كان وجهه بالفعل مثلما وعد مليئا بالدهشة. وبهدوء أمطرت الطاولة بالروبيات. فقال مازحاً: "قل الحقيقة يا جيتندرا! ألم يلجأ هذا الشاب إلى قطع الطرق والتشليح؟"

ولكن ما أن سمع تفاصيل القصة حتى انقلب أخي جاداً ثم مكتئبا، وقد نطق بحماس روحي لم أره من قبل:

"إن قانون العرض والطلب يصل إلى آفاق أكثر شفافية مما كنت أظن. ولأول مرة أفهم سبب عدم اكتراثك بالمال وتكديسه المبتذل في هذا العالم."

ومع أن الوقت كان متأخراً لكن أخي أصر على تكريسه في الكريا يوغا. وهكذا كان على المعلم موكندا أن يتحمل في يوم واحد مسؤولية "طالبين" لم يطلبهما.

في صباح اليوم التالي تناولنا الإفطار في جو من الهدوء والانسجام كان مفقوداً في اليوم السابق. وابتسمت لجيتندرا وأنا أقول:

"لن تـُحرم من رؤية التاج محل. دعنا نلقي عليه نظرة قبل ارتحالنا إلى سيرامبور."

وودعنا أنانتا قاصدين رائعة وفخر أغرا: التاج محل برخامه الأبيض المتألق في ضوء الشمس، كحلم من التطابق التام. وكان محاطاً بأشجار السرو الداكنة والمروج الخضراء والبحيرة الساكنة، وقد ازدان داخله بنقوش مطعمة بأحجار شبه كريمة. وظهرت الأكاليل والنقوش الأنيقة متقاطعة ومتشابكة فوق الرخام البني والبنفسجي، في حين كانت الإضاءة الصادرة عن القبة تغمر ضريحيّ الامبراطور شاه جيهان وممتازي محل: ملكة مملكته وقلبه.

أحسست أنني رأيت بما فيه الكفاية وقد كنت في غاية الشوق لرؤية معلمي، فانطلقت للتو مع جيتندرا صوب الجنوب في اتجاه البنغال. وقال رفيقي: "موكندا، إنني لم أر أسرتي منذ شهور. لقد غيرت خطتي وربما زرت معلمك في سيرامبور فيما بعد."

وتركني رفيقي – الذي يمكن وصفه وصفاً لطيفاً بأنه متقلب المزاج – في كلكتا فوصلت بالقطار المحلي إلى سيبرامبور الواقعة على بعد اثني عشر ميلا إلى الشمال.

وأحسست بخلجة من الدهشة عندما تيقنت أن ثمانية وعشرين يوما قد انقضت منذ مقابلة معلمي في بنارس وقوله لي: "ستعود بعد أربعة أسابيع!" وها أنا أقف بقلب خافق في باحة منسكه في جادة راي غات الهادئة، وأدخل للمرة الأولى إلى الصومعة حيث قدر لي أن أمضي القسم الأكبر من السنوات العشر التالية مع حكيم الهند العظيم معلمي سوامي سري يوكتسوار!

المعلم برمهنسا وطاغور

من كتاب (فلسفة الهند في سيرة يوغي)

للحكيم برمهنسا يوغانندا

"لقد علمنا رابندرانات طاغور كي يكون غناؤنا طبيعياً وعفوياً كوسيلة للإعراب عن النفس، تماماً كالطيور المغردة."

جاءني هذا التفسير من بهولا نات، وهو فتى متقد الذكاء في الرابعة عشرة بمدرسة رانشي، بعد أن أثنيت ذات صباح على غنائه الرخيم. وبمناسبة أو بدون مناسبة كان الصبي يتدفق بالألحان كالجدول المتناسق النغم. وكان قد درس قبلا في مدرسة طاغور الشهيرة سانتيناكيتان التي تعني "مرفأ السلام" في بولبور.

وقلت لرفيقي: "لقد ترددت أناشيد رابندرانات على شفتي منذ بواكير الشباب. فالبنغاليون بأسرهم، حتى القرويون الأميون منهم، يستمتعون لدرجة كبيرة بأشعاره السامية."

وأنشدت مع بهولا بعض الأبيات لطاغور الذي وضع للألحان الموسيقية آلاف القصائد الهندية، بعضها من تأليفه وبعضها قديم.

وبعد أن انتهينا من الغناء قلت ضاحكاً: "لقد التقيت برابندرانات فور حصوله على جائزة نوبل للآداب. ولقد شعرت برغبة ملحة لزيارته نظراً لإعجابي بجرأته غير الدبلوماسية في التعامل مع ناقديه."

واستفهم بهولا عن القصة بشوق، فقلت: "تناول علماءُ اللغة طاغورَ بالنقد المرير لأنه أدخل لوناً جديداً على الشعر البنغالي بمزجه العبارات العامية والكلاسيكية دون مراعاة للحدود اللغوية التي يعتز بها اللغويون. وتتضمن أشعاره حقائق فلسفية عميقة في عبارات وجدانية جذابة، دون التقيد بالصيغ الأدبية المتعارف عليها.

"وذات مرة وصف أحد النقاد من ذوي النفوذ رابندرانات – باستخفاف وازدراء – بأنه ’ شاعر الحَمام الذي باع هديله للمطابع بثمن زهيد.‘ لكن انتقام طاغور كان حاضراً! فعالم الأدب في الغرب قام بأسره بتأدية واجب الإكرام عند قدميه فور نقله إلى الإنكليزية كتابه (غيتانجالي: قرابين الغناء). حينذاك توجه بالقطار إلى سانتينيكتيان جمع غفير من العلماء، من بينهم ناقدوه السابقون، لتقديم التهاني.

"واستقبل رابندرانات زائريه بعد تأخر طويل متعمد، ثم أنصت لثنائهم المعسول في صمت وعدم اكتراث. أخيراً صوّب نحوهم أسلحة انتقادهم قائلا:

"أيها السادة، إن ورود التبجيل والتكريم العاطرة التي تقدمونها لي هنا ممزوجة بالروائح النتنة لازدرائكم السابق. فهل من صلة بين حصولي على جائزة نوبل وبين تقديركم المباغت هذا؟ فأنا ما زلت نفس الشاعر الذي أثار حفيظتكم عندما قدمت زهوري المتواضعة في مزار البنغال."

"ونشرت الصحف ملخصاً لتعنيف طاغور الجريء، وقد أعجبت بصراحة رجل لم ينخدع بالتملق والرياء."

"وقد قدّمني إلى رابندرانات في كلكتا سكرتيره المستر سي أف. أندروس[1] الذي كان يرتدي ببساطة الثياب البنغالية، وكان يشير بمودة إلى طاغور بأنه سيده الملائكي (غوروديفا)

"استقبلني رابندرانات استقبالا طيباً وكانت تحيط به هالة من الجاذبية والثقافة العريقة والمجاملة الصادقة. وأجاب طاغور على سؤالي عن منابع أدبه بأن إلهاماته الأساسية استوحاها من ملاحمنا الدينية ومن آثار الشاعر فيدياباتي الذي عاش في القرن الرابع عشر."

وإذ ألهمتني هذه التذكارات بدأت أنشد أغنية بنغالية قديمة كان قد صاغها طاغور في قالب جديد، مطلعها "أشعلْ.. أشعلْ مصباح حبك." وشاركني بهولا في الإنشاد البهيج ونحن نتجول في باحة المدرسة.

بعد حوالي السنتين من تأسيس مدرسة رانشي تلقيت دعوة من رابندرانات لزيارته في سانتينيكيتان لبحث مثلنا التربوية، فقبلت الدعوة بسرور وذهبت للقائه. وعندما وفدت إليه كان جالساً إلى مكتبه، وقد بدا لي نموذجاً رائعاً للرجولة الصادقة حسبما يتصورها أي رسام. فوجهه الوسيم ذو الملامح الدقيقة كان يشع نبلاً وكرامة ومحاطاً بإطار من شعر طويل ولحية مسترسلة وعينين كبيرتين لطيفتين، وتعلوه ابتسامة ملائكية. أما صوته الرخيم فكان كأنغام الناي يستهوي القلوب. وقد كان مديد القامة، قوياً وهادئاً في نفس الوقت، جمع في شخصه رقة المرأة وبراءة الطفل السعيد. ولا أظن أن أية فكرة مثالية أخرى عن شاعر ملهم يمكن أن تجد لها تعبيراً أصدق مما تجده في هذا المنشد الوجداني الرقيق.

وعلى الفور دخلت مع طاغور في دراسة مقارنة ومعمقة لمعهدينا التربويين اللذين تم إنشاؤهما على أسس غير تقليدية. وقد وجدنا العديد من أوجه الشبه بينهما، كالتعليم في الهواء الطلق والبساطة وتشجيع روح الإبداع في الصغار. ومع ذلك فقد أولى رابندرانات أهمية كبيرة لدراسة الأدب والشعر والتعبير عن الذات بالموسيقى والغناء، وهو ما لاحظته فعلا في بهولا. وكان فتيان السانتينيكيتان يمارسون فترات من الصمت، لكنهم لم يحصلوا على تدريبات خاصة في اليوغا.

وأنصت الشاعر بانتباه عميق لشرح تمارين يوغودا التي تشحن خلايا الجسم بالنشاط والحيوية، وإلى أسلوب التركيز اليوغي الذي يتم تلقينه لجميع تلاميذ رانشي.

وأطلعني طاغور على مراحل كفاحه التعليمي المبكر، وقال لي وهو يضحك: "لقد هربت من المدرسة بعد سن الخامسة." واستطعت أن أدرك على الفور كيف أن أحاسيسه الشعرية الرقيقة اصطدمت بجو المدرسة التأديبي الرهيب.

وأومأ الشاعر بفصاحة إلى مجموعة من الطلبة وهم يدرسون في الحديقة الغنّاء قائلا:

"لهذا السبب أسست معهد السانتينيكيتان تحت ظلال الأشجار وروعة السماء. إن الطفل يشعر بأنه في بيئته الطبيعية بين الأزهار والطيور المغردة حتى يتمكن من الإعراب عن الثروة الباطنية لمواهبه الذاتية. والعلم الحقيقي لا يمكن ضخه أو حشوه من مصادر خارجية، بل ينبغي للعلم أن يكون عوناً على الكشف عن كنوز الحكمة اللانهائية الكامنة في أعماق النفس البشرية." (2)

وافقته الرأي وأضفت قائلا: "النزعات المثالية للأطفال وحبهم للأبطال والبطولات تموت سغباً في المدارس العادية لاقتصارها على غذاء قوامه الإحصائيات والأحداث والحقب التاريخية."

وتحدث الشاعر بمودة عن والده ديفندرانات الذي ألهمه الشروع في السانتينيكيتان. قال: "لقد وهبني والدي هذه البقعة الخصبة التي كان قد شيّد فيها معبداً ومنزلا للضيوف. وقد بدأت تجربتي التعليمية هنا في سنة 1901 بعشرة أولاد فقط. والثمانية آلاف جنيه التي جاءتني مع جائزة نوبل أنفقتها في صيانة المدرسة."

وطاغور الأكبر (ديفندرانات) الذي اشتهر في كل مكان بلقب مهاريشي (الحكيم الأكبر) كان رجلا جديراً بالإكبار والاعتبار بحسب ما توحي به قصة حياته. فقد قضى سنتين من شبابه في التأمل في خلوات الهملايا. وبالمثل كان والده دواركانات مشهوراً في سائر البنغال بمبرّاته العامة السخية. ومن هذا البستان الطيب برزت أسرة من النابغين. فلم يكن رابندرانات وحده هو الذي تميز بالتعبير المبدع، بل أقاربه أيضاً كانوا يشاركونه الإبداع. ويعتبر ابنا عمه جوجوننdrا و أبانندرا من بين الفنانين المتميزين (3) في الهند. وكذلك كان دويجندرا شقيق رابندرانات فيلسوفاً بعيد النظر تحبه حتى الطيور وحيوانات الغابة.

ودعاني رابندرانات لقضاء الليلة في منزل الضيوف. ويا له من منظر رائع في المساء عندما جلس الشاعر مع مجموعة من الطلاب في باحة المنزل! وعاد الزمن إلى الوراء فبدا لي

المشهد كصومعة قديمة وبدا المترنم طاغور محاطاً بمريديه وقد غمرهم جو من البهجة والحب المقدس. وقد كان طاغور يحوك ويحْبك كل رباط ودي بخيوط التناغم والوئام. يا له من زهرة نادرة من الشعر الروحي الأصيل تفتحت في روضة الله واجتذبت إليها الآخرين بحسنها وأريجها الطبيعيين!

وبصوته العذب قرأ لنا رابندرانات بعضاً من أشعاره الحلوة الحديثة التأليف. ومعظم أناشيده وروراياته التي ألفها لإدخال البهجة والسرور على قلوب تلاميذه تم وضعها في سانتينيكيتان. وتتجلى روعة أشعاره بالنسبة لي في الإشارة إلى الله في كل بيت تقريباً بالرغم من عدم ذكر الاسم المقدس. فهو مثلا يقول:

"عندما أنتشي بالغناء أنسى نفسي وأدعوك صديقي يا من أنت سيدي!"

وبعد الغداء في اليوم التالي ودّعت الشاعر على مضض. ويسعدني أن مدرسته الصغيرة قد نمت وتطورت إلى أن أصبحت الآن جامعة فيزفا بهاراتي الدولية[4] حيث يجد فيها الطلاب من سائر البلدان بيئة مثالية.

حيث يتحرر العقل من المخاوف ويرتفع الرأس عالياً،
وحيث المعرفة حرة طليقة،
والعالم لم تحوله الجدران المحلية الضيقة إلى أجزاء مفككة،
وحيث تنبعث الكلمات من أعماق الحق،
وتمد الجهود المضنية أذرعها نحو الكمال،
وحيث الينبوع النقي للعقل لم يضل سبيله في الصحاري الرملية الموحشة للعادات الميتة،
وحيث يتقدم إلى الأمام في فكر وعمل دائمي الاتساع،
لتستيقظ بلادي في سماء تلك الحرية يا أبتاه[5]

المفتاح لأسرار النجاح

النجاح يعني رضا الإنسان وقناعته في المحيط الذي يعيش فيه. النجاح الحقيقي هو المحصّلة لأعمالٍ مؤسسة على مبادئ الحق، ويشمل سعادة ورفاهية الآخرين كجزء متمم لسعادة

الإنسان نفسه. إن طبقنا هذا القانون على حياتنا المادية والفكرية والأدبية والروحية نكون قد حصلنا على تعريف كامل وشامل للنجاح.

الناس لهم نظرات ونظريات مختلفة عن النجاح، بحسب طموحاتهم في الحياة. ولا يندر أن نسمع بعضهم يقرن النجاح بالسرقة كقوله "لقد كان لصاً ناجحاً"! مما يؤكد أن النجاح بكل أطيافه وأصنافه مطلوب ومرغوب. لكن نجاحنا يجب أن لا يُلحق الأذى بالغير.

هناك أيضاً معيار آخر للنجاح: فعندما نتمكن من جلب نتائج توافقية ونافعة لأنفسنا يجب أن نشمل الآخرين أيضاً في نجاحنا ونقاسمهم ثماره.

قد يرغب أحدهم بممارسة الصمت لفترة طويلة ويرفض خلال تلك الفترة الكلام مع أفراد أسرته. ذلك الشخص قد يفلح، نتيجة لذلك، بإحراز بعض السلام الذاتي، إنما تصرفه هذا هو أناني وضار بسعادة أسرته. فهو لا يُعتبر ناجحاً بالمعنى الصحيح ما لم ينتفع أعزاؤه أيضاً من إنجازه.

وبالمثل، فإن إحراز النجاح المادي لا يقتصر على حقنا في التمتع بالرفاهية بمفردنا وحسب، بل يعني أيضاً مسؤوليتنا الأدبية نحو الآخرين من حيث مساعدتهم لتحسين أوضاعهم المادية وظروفهم المعيشية.

كل من يمتلك ذكاءً يستطيع كسب المال. لكن إن كان يمتلك حُباً في قلبه فلن يستعمل ذلك المال أبداً لأغراض أنانية، بل سيشارك الآخرين به. المال لعنة ونقمة في أيدي الأنانيين والبخلاء وبركة ونعمة في أيدي ذوي القلوب الطيبة والنفوس الكريمة.

هنري فورد على سبيل المثال يكسب أموالاً طائلة، وفي نفس الوقت لا يؤمن بالصدقة التي تشجع الناس على الخمول والكسل. بدلاً من ذلك يقوم بتأمين العمل ومصدر الرزق

للكثيرين. فإن كان هنري فورد يكسب المال بتوفير الرخاء للآخرين أيضاً، فهو ناجح بالكيفية الصحيحة.

وحتى عظماء القديسين لا يحصلون على الخلاص التام ما لم يقاسموا نجاحهم مع الآخرين، أي تجاربهم الروحية ومعارفهم العليا، عن طريق مساعدتهم على بلوغ المعرفة المقدسة. ولهذا السبب فإن الواصلين إلى تلك المراحل والحاصلين على تلك الحالات مهتمون بتقديم الفهم لمن هم بحاجة له.

إن كنتَ ترغب في بلوغ النجاح الحقيقي فإنك لا تضمن بذلك سعادتك الشخصية وحسب بل سعادة الآخرين أيضاً.

اختلاف معايير النجاح في الشرق والغرب

هناك معايير مختلفة للنجاح في الشرق والغرب. ومن المؤسف أن الشرق آخذ بتقليد أسوأ ما يراه في الأفلام الغربية. بعض الأفلام تقدّم عزاءً للقلوب والنفوس، لكن لدى النظر إلى الحياة الحقيقية تجد أن النجاح ليس بالشيء السهل. فالحياة غالباً ما تكون قاسية لا ترحم، وعلينا أن نكافح من أجل كسب لقمة العيش. فكـّر بالجهد الذي تبذله لإعالة الجسد وإبقائه معافىً وخالياً من المرض! وحتى لو نجحتَ في ذلك فإن ذلك النجاح يبقى مؤقتاً. فالجسد سيوسَّد الثرى في نهاية المطاف. الضرورة تقتضي مصارعة قوىً عديدة على المستويين الداخلي والخارجي من أجل إحراز النجاح المطلوب. تلك القوى تعمل جاهدة لسلبك الإنجازات الجديرة بالإعتبار.

الغرب يركز على النجاح الجزئي أو المؤقت المتصل بهذه الحياة الحاضرة. أما الشرق فيركـّز على النجاح التام والدائم الباقي.

الذين بلغوا ذروة النجاح الأبدي ندعوهم (الفائزين في الدارين.. الناجحين في نظر الديّان)

هؤلاء سعداء جسماً وعقلاً وروحاً. قد يكون لديهم بعض الأشياء، لكنهم يمتلكون ثروة عظيمة: ثروة الرضاء النفسي

والفهم الروحي لعلاقة النفس بالروح الإلهي وعلاقة الجسد بالحياة الكونية.

في الشرق يتم غرس فكرة هذا النوع من النجاح في عقل الطفل. أما في الغرب فيُعطى الطفل حصّالة ويُلقن التطلع إلى المال من أجل تحقيق الرغبات.

لا بأس من الكد من أجل إحراز نجاح مادي كافٍ، لكن الصغار يجب تلقينهم أيضاً قيمة النجاح الذي لا يفنى. ثروة الروح تدوم للأبد في بنك الخلود، ويمكنك سحب السعادة من ذلك البنك في أي وقت.

ولكن حتى النجاح الروحي يمكن أن يكون وحيد الجانب.. غير متوازن فيما إن كانت لديك مسؤوليات مادية ولم تقدر على الوفاء بها.

فقط كبار اليوغيين الذين تحرروا من قوانين الطبيعة يمكنهم أن يتجاهلوا كلياً الشؤون المادية.

في الشرق انصَبَّ الاهتمام في المقام الأول على تنمية السعادة الروحية في حين تم إهمال الجانب المادي للحياة في معظم الأحيان. في الغرب توجد بعض وسائل الراحة المادية والقليل جداً من السعادة النفسية. ما تمسّ له الحاجة هو إحداث التوازن بين الإثنين لأن الإهتمام بشيء واحد فقط في الحياة يؤدي إلى خلل وعدم القدرة على التعامل منطقياً مع متطلبات الحياة.

على سبيل المثال، إن أبدى الفنان اهتماماً بالفن فقط واستثنى باقي الأمور الأخرى فسيؤدي ذلك إلى خلل في التوازن يتحول إلى عصبية وتعاسة. أما الإهتمام بالفن إضافة إلى الروحيات والعمل والعلوم والخدمة فيثمر توازناً رائعاً ونجاحاً متكاملاً وسعادة حقيقية.

إن اقترنتْ الثروة بالمرض والمشاكل فالتبعات ستكون كثيرة. النظافة والرعاية الصحية هما من محاسن الغرب.

فالحشرات المؤذية والجراثيم الفتاكة يتم مكافحتها بفعالية في البلدان المتطورة في حين تتواجد بكثرة في بلدان أخرى. لكن التخلص من تلك الآفات لا يعني ذروة الإنجاز، لأن هناك آفات من نوع آخر في الدول المتقدمة، مثل فواتير يصعب دفعها وأزمات مالية خانقة بسبب نظام الشراء على التقسيط.. آفات تقض المضاجع وتقوض راحة النفس.

الحياة أكثر من مجرد بقاء

الله لم يخلق هذه الأرض لنا فقط كي نأكل وننام ونموت، بل لنعرف إرادته وندرك الغاية من وجودنا. إن حفنة من الحكماء قد أدركوا معنى الخطة الكونية لكن أكثر الناس غير مبصرين وغير مدركين لتلك الغاية. إن الأرض تتحول إلى حجرة تعذيب بالنسبة للذين يعيشون بجهل للخطة الإلهية. ولكن عندما تنظر إلى تجارب الحياة على أنها معلمك وتتعلم منها الطبيعة الحقة لهذا العالم وماهية دورك المخصص لك في المسرحية الكونية، تتحول تلك التجارب إلى إضاءات قيّمة على الطريق نحو الرضاء والسعادة الدائمين.

لقد جعل الله الوهم الكوني قوياً للغاية

إننا نعيش في عالم يسوده الهرج والصخب. تظن أن المال يعني السعادة، ولكن عندما تحصل عليه تجد أنك ما زلت غير سعيد. قد تحصل على المال وتفقد - لا سمح الله - صحتك. أو قد تمتلك صحة جيدة وتفقد مالك. أو قد تمتلك المال والصحة مع مشاكل عديدة مع الآخرين، إذ قد تقدم للناس أشياء طيبة ويعطوك في المقابل حقداً وكراهية. بدون الله لا يمكن لأي شيء في هذه الحياة أن يرضيك

لو أن الله يريدنا أن نحيا فقط في الوعي المادي لكنا راضين كل الرضاء بالأشياء المادية وقانعين بالطرق الدنيوية.

هل سبق ورأيت قطيعاً من الغنم؟ إن قفز واحد منه يقلده باقي القطيع دون تردد. معظم الناس هم على هذه الشاكلة. إذ قد يأتي أحدهم بفكرة أو يطلع بموضة جديدة فيتلقفها الآخرون

ويقلدونها. هذا النمط ما زال على حاله منذ أجيال. لكل أمة عاداتها وتقاليدها ولا يمكننا القطع بصحة وسلامة جميعها. ولكن من يدري؟ فقد تكون بعض تلك العادات والتقاليد سخيفة لا معنى لها ولا فائدة منها؟

هناك طريقة لتقييم تلك العادات والتقاليد والحكم عليها.

في البداية كان لكل تقليد مبرر. فإن وجدنا أن ذلك المبرر ما زال ساري المفعول، يكون للتقليد معنى وفائدة. ولكن ليس من الحكمة اتباع التقاليد دون تبصّر. يجب أن نعرف الحق ونتبعه، ونتبيّن ما يمكن أن يمنحنا السعادة فنطبّقه.

الحياة يجب تبسيطها. لو قمتَ بتحليلٍ موضوعي للخاصيّات الفردية للسلوك البشري، لوجدتَ أن بعض عاداتنا وتقاليدنا مثيرة للضحك.

ففي الغرب يتبع الناس قواعدَ كثيرة. ثياب خاصة بالسهرات وحفلات العشاء والزيارات والنزهات. بل رأيت ذات يوم إعلاناً عن جاكيتات خاصة للمدخنين!

التنظيم رائع إنما التقيد المفرط بالتنظيم والمنهجية غالباً ما يولد الشقاء.

في الشرق البيوت بسيطة وكذلك الثياب. أما في الغرب فإن الحياة كثيرة التعقيد لدرجة أن السعادة تهرب لشدة الإهتمام في عمل الأشياء بطريقة معينة.

لماذا تعقيد الحياة بالتشديد على كيفية ترتيب البيت والمائدة بطريقة معينة؟

في الشرق عندما ندعو الناس للزيارة الكل يشعر بالبهجة ويتطلع بشوق إلى تلك الزيارات.

أما في الغرب فيتم توجيه الدعوة للضيوف ثم يعقب ذلك ساعات من التحضير المحموم للتأكد من أن كل شيء هو طبق

الأصول. وما أن يشرّف الضيوف حتى ينتظر المضيف مغادرتهم بفارغ الصبر!

يجب تبسيط العيش والثياب والطعام. تناول الوجبات في المطاعم قد لا يكون عملياً من الناحية الإقتصادية لكن لا بأس من ذلك بين الحين والآخر، إذ ليس من الصواب صرف ساعات طويلة في المطبخ بحيث لا يتبقى ما يكفي من الوقت للتمتع بأشياء أخرى أكثر أهمية.

أثناء تنقلاتي وإلقاء المحاضرات كنت أبسّط غذائي، فكنت ببساطة أحتفظ ببعض الحليب والخس والجبن في غرفتي، وكنت مرتاحاً لذلك.

الجنة بداخلنا وليس في الأشياء

في تدريبنا النسكي في الهند تعلمنا ضبط رغباتنا والترفع عن ما نحب وما نكره وما نحبّذ. كنا شاكرين ممتنين لكل ما نحصل عليه. أما في الغرب فمعظم الناس غير سعداء بالرغم من الأشياء الكثيرة التي بين أيديهم، تماماً كما لو كانوا لا يمتلكون تلك الأشياء. الرغبات لا تقف عند حد. في الصباح، وبعد أن يحلق الزوج ويلبس ثيابه، أول شيء يريده تناول طعام الإفطار. وما أن يجلس إلى المائدة حتى يتمنى لو أن زوجته حضّرت له شيئاً آخر. وهي بدورها تتمنى لو أن لديها أطباق (صحون) وملاعق وسكاكين وشوكات طعام أفضل.

تمر الأيام وتتواصل التمنيات في الحصول على هذا وذاك إلى أن يعجز أي شيء عن إرضائهما. أخيراً يفشل الزوجان في إرضاء بعضهما ولا يجدان بهجة حتى في أولادهما فيفقدان السعادة الزوجية. ولأنهما يشعران بالإحباط ينقلبان على أقرب الناس منهما.. الزوجة تنق وتلحّ وتكثر من انتقادها لزوجها، وحضرته يزعق بالأولاد، والأولاد يتمردون على الأهل ويرتكبون حماقات مع رفاقهم (وخـُذ على بركة تحط)

ليس من الخطأ امتلاكنا للممتلكات، بل الخطأ هو السماح لممتلكاتنا بامتلاكنا. يجب أن نتحرر من التعلق بالناس وبالأشياء لأن التعلق يجلب التعاسة.

فردوسي هو في داخلي. وإذ أستمتع بما أنعم الله عليَّ به، أشكره فيتعاظم فرحي الباطني. بدون ذلك الرضاء الداخلي تتحول حتى أفراح الأرض ومسراتها إلى جحيم. ولقد تيقنت أنه لولا ذلك الفرح الباطني لكان عبء المسؤوليات الملقى على عاتقي قد سلبني سلامي وحرمني من سعادتي.

إن ألد أعداء السعادة هي استدانة المال لشراء الكماليات. الناس يظنون من قبيل الوهم أنهم لن يكونوا سعداء ما لم يحصلوا على شيء بعينه. لكنهم لن يتذوقوا تلك السعادة حتى بعد حصولهم على ذلك الشيء، بالرغم من ابتهاجهم المؤقت به. فما هو الهدف من الجري وراء سراب السعادة الأرضية الذي يعِد ويخلف الوعد؟

يجب أن يعيش الناس ببساطة دون الحاجة للكثير من المقتنيات التي تتطلب اهتماماً متواصلا.

لا جدال أن هناك شعوراً ممتعاً لدى شراء شيء جديد. ولكن بعد مضي فترة من الوقت يتلاشى ذلك الشعور البهيج تدريجيا، بل قد تفقد الرغبة في ذلك الشيء وتنساه وترغب بشيء آخر. لكن فاتورة ذلك الشيء لن تنساك، فيما إن كنت قد اشتريته على التقسيط!

يجب أن يتحكم الإنسان بحياته ويبسّطها قدر الإمكان. ويجب أن يدّخر بعض المال للحاجيات والظروف الطارئة، وأن يوفـّر أكثر من الإنفاق على الكماليات، ويساعد الآخرين على قدر طاقته. عندما تساعد الآخرين سيأتيك العون بطريقة أو بأخرى ولن تحتاج أو تـُحرم شيئاً.

إنني أعلم علم اليقين بأن كل ما أحتاجه سيأتي إليّ ولذلك لا أقلق لما سيحمله المستقبل. هذه ليست مباهاة ولا ادعاءً

لأنني لمست عمل وفاعلية تلك القوة المباركة في حياتي مرات عديدة؟

سواء كنت عائماً على سطح الحياة أو غارقاً في أعماق اليمّ، أعلم أنني مع الله وهو معي، وأن لا شيء يقدر على إيذائي. تلك المعرفة أعطتني سعادة فائقة تعصى على الوصف.

ولولا الفهم والإختبارات الروحية التي حصلت عليها لكنت أتعس إنسان على وجه الأرض. لقد كسبت مالاً كثيراً لكنني رفضت أن يستعبدني المال ولم أسمح له بأن يمسّني أو يغيّرني. كل ما أكسبه أصرفه في سبيل الله والمستحقين. سعادتي الباطنية هي أعظم ما أملك.. إنها ثروة لا يحلم حتى الملوك بامتلاكها.

النجاح يعتمد على التحصيل الداخلي

عندما ترى أعداداً كبيرة من الناس لا يملكون سعادة أو نجاحاً، لا تفكر أن الإنسان مكتوب عليه أن يعيش هكذا. باستطاعتك أن تجعل من نفسك ما تريد أن تكون. ونجاحك الداخلي هو ما يجعلك ناجحاً. إن كنت لا تملك شيئاً في داخلك فلن تكون سعيداً. وإن كنت لا تملك شيئاً من حولك وكنت سعيداً في ذاتك فأنت ناجح بكل تأكيد. وهكذا ليس في المستطاع الحكم على الناس بحسب ظروفهم الخارجية. من بين الجماهير الغفيرة قد يوجد إنسان بلغ حالة من السمو الروحي ويتمتع بسلام باطني وسعادة روحية فائقة.

ولهذا السبب فإن النجاح الأدبي والخلقي – التحرر من إملاءات العادات الخاطئة والأهواء غير السليمة – يمنح سعادة أكبر بكثير من السعادة التي يمنحها النجاح المادي. في النجاح الأدبي سعادة نفسية لا يمكن للظروف الخارجية أن تسلبها منك. بإمكانك أن تصرف كل وقتك في جمع المال لكن ذلك المال لن يمنحك الراحة والضمان الدائمين الذين تبحث عنهما. بل على العكس سيجلب لك المزيد من التعاسة لأن السعادة والسلام هما في الفكر وليس في الأشياء نفسها.

وإن لم تصرف وقتاً لتهذيب العقل، فلن يتمكن أي مقدار من الرخاء المادي من إرضائك. هذا التهذيب ليس تعذيباً بل تدريب للوعي لتغذية الأفكارِ والأفعال التي تقود إلى السعادة.

سعادتك هي نجاحك، فلا تسمح لأحد بسلبك سعادتك. احمِ نفسك من الذين يحاولون إزعاجك. عندما كنت فتىً كنت أفقد صبري كلما روّج البعض إشاعات كاذبة عني. بعدها أدركت أن راحة ضميري هي أهم من رضاء الناس عني أو استحسانهم لي.

الضمير هو إحساس بديهي، يبيّن حقيقة المرء ودوافعه. عندما يكون ضميرك مرتاحاً، وعندما تعلم أنك تفعل الصواب، فلن تخشى شيئاً. الضمير النقي هو شهادة حسن سلوك من الله. البراءة أمام محكمة الضمير تعني امتلاك السعادةً والحصول على بركات الله.

إن كان الإنسان لا يكسب مالاً فلأنه لا يركـّز على تحصيل المال. وبالمثل، إن كان غير سعيد فلأنه لا يركز على إحراز السعادة.

البغل الذي يحمل حِملاً من الذهب على ظهره لا يعرف قيمة ما يحمله. وبالمثل فإن الإنسان منهمك "بنتع" عبء الحياة على كتفيه على أمل العثور على بعض السعادة في نهاية الطريق، بحيث ينسى أنه يحمل في داخله غبطة روحة فائقة ودائمة.

(كالعيس ِ في البيداءِ يقتلها الظما والماءُ فوقَ ظهورها محمولُ)

ولأنه يبحث عن السعادة في "الأشياء" لا يعرف أنه يمتلك ثروة السعادة في داخله.

إعطاء الواجب حقه

لا تنصحك تعاليم اليوغا بإهمال واجبات الحياة أو الهروب منها. لكنها تسألك أن تملأ فكرك بالله أثناء أداء دورك الذي خصصه لك في مسرحية الحياة. إن رغبتَ بحياة منعزلة في

الغابات أو الجبال، ظاناً أنك ستعثر على الله بالتخلص من واجباتك، فيجب أولاً أن تكون مستعدا وتتمكن منً الجلوس في التأمل(دون حراك) طوال النهار ولعدة أيام متواصلة. إن مجهوداً كهذا هو رائع بكل تأكيد لمن يقدر عليه. ولكن أعظم من ذلك بكثير هو أن تكون في العالم وليس منه. وأن تؤدي واجباتك الحقيقية لمنفعة الآخرين والتفكير بالله في نفس الوقت.

يجب التمييز بين الواجبات الكبرى والصغرى وإعطاء الأولية للأهم منها قبل المهم. كما ينبغي ألا يناقض واجبٌ واجباً آخر. الأسفار المقدسة تخبرنا أنه عندما يتعارض أحد الواجبات مع واجب آخر فذلك دليل على أنه ليس واجباً حقيقياً. مثال على ذلك إن سعيتَ في تحصيل النجاح المالي على حساب الصحة تكون مقصراً في حق الجسد. وإن كنتَ مهووساً بالدين لدرجة إهمال مسؤولياتك المادية لا تكون متوازناً لأنك سمحت لأحد الواجبات بالتعارض مع التزاماتك لجسمك وعائلتك. أما إن أهملت واجبك نحو الله بسبب انصباب كل اهتمامك على أسرتك، فذلك ليس واجباً.

كثيرون يسألون: "هل ينبغي لنا أن نحصل أولاً على النجاح المادي للوفاء بالتزاماتنا الدنيوية ومن ثم نبحث عن الله؟" أو "هل نعثر على الله أولا ومن ثم نبحث عن النجاح؟"

الله أولاً، ولا ينبغي أن نستقبل يومنا أو نودعه دون التفكير به والتأمل العميق عليه. ويجب أن نتذكر أنه لولا حصولنا على القوة والنشاط من الله لما تمكنا من القيام بأي عمل من أعمالنا. ولذلك واجبنا الأكبر هو نحوه. إن قمنا بكل الواجبات الأخرى دون تأدية واجبنا نحوه فلن يرضى عن ذلك. الأفضل أن ننجز أعمالنا مرضاة لله.

رائع التفكير بالجمع ما بين البحث عن الله وتحقيق النجاح المادي. ولكن ما لم يتأمل الإنسان بعمق وبانتظام بحيث يترسّخ وعيه في الله أولاً سيطغى العالم على وعيه ولن يجد بعدها متسعاً من الوقت للإهتمام بالروحيات. وإن لم نمتلك الإحساس اليقيني بأن الله معنا تتحول واجباتنا الدنيوية في معظم الأحيان

إلى عذاب نفساني. ولكن عندما تشعر أن الله معك كل حين وتفكر به أثناء إنجاز واجباتك ستكون من أسعد السعداء

هنيئاً لمحبي الله فهم في رضاء دائم ونعيم مقيم

لو لم أحصل على تعاليم مرشدي سوامي سري يوكتسوار التي منحتني الوعي الإلهي لكنت فقدت العزيمة منذ أمد بعيد ولم أتمكن من مساعدة الناس وبناء المعابد للبحث عن الله والتأمل عليه. ومع كل هذا فقد سعى البعض لوضع العراقيل في دربي بدلاً من تعاونهم معي.

من يتعامل مع الناس على أنه سيدهم الواجب عليهم طاعته سينقلبون ضده ويحاولون التخلص منه بشتى الوسائل والطرق.

ولكن إن حاولتَ توجيه الآخرين وإرشادهم بمحبة صادقة سينصّبونك مَلكاً على عرش قلوبهم. وعندما تحب الجميع بالتساوي تتمكن من التعرف على الذين يستجيبون لتلك المحبة.

الحب الإلهي لا يُعلى عليه

ليتكم تعرفون حكاية الغرام الإلهي التي يحياها بعض المريدين مع الله! ما من اختبار آخر في الحياة يمكن مقارنته بذلك الفرح. كنت أعرف قديساً كان مستغرقاً في حب الله طوال الوقت، وكان وجهه يشع بالحب المقدس. عين الله دوماً على محبيه ولا يتخلى عنهم لحظة واحدة .

إنني لأرى حبيبي الله في كل شيء من حولى

أبصره يرنو إليّ من الزهور ويطل عليَّ من نافذة القمر..

أراه في وجه الطبيعة وفي وجوه ذوي النفوس الكريمة والقلوب الطيبة...

يجب أن لا نتجاهل المحب الأعظم.. مصدر كل خير وحب ومكرمة. ويجب أن لا ندع قلوبنا تمتلئ بأوهام وتفاهات العالم بل بالحب الإلهي الذي ينعش القلب ويلهم الفكر ويجدد قوى

النفس. ذلك الحب لا يُعلى عليه. عندما يتملك الحب الإلهي كيان المريد تنتشي خلايا جسمه ويغمره الفرح الأعظم. وعن تلك التجربة أنشد أحد محبي الله:

عندما دخل سيد الأكوان معبد روحي..

غمرتْ البهجة قلبي فنسيّ دقاته..

مثلما نسيتْ كل خلايا جسمي عملها المناط بها..

إذ أصيبت بالذهول وهي تصغي لصوت الحياة الأبدية..

صوت أعظم حبيب في الوجود.. صوت الله.. نبع الحياة..

وتكهرب قلبي ودماغي وكل ذرة من كياني..

إذ لامسها الحضور الرباني الأقدس..

تلك لمحة بسيطة عن الحب الإلهي ومفعوله في حياة عشاق الله.

الأحزان التي تخلقها وتخلـّفها الكراهية والحروب في النفوس هي برهان على أن الروحانية والتعاطف واللطف والمحبة قوى فائقة. الكراهية مدمرة، بينما المحبة هي أعظم قوة بنـّاءة في الكون.

لذلك يا أصدقائي الأعزاء، يجب أن ندرك عبثية البغضاء وحماقة الحرب ونتوجه إلى الله بكل كياننا ونحبه من كل قلوبنا. فمحبته تهب نجاحاً فيه كل القناعة والرضى: نجاح لا يمكن الحصول عليه بغير ذلك.

المحبة فقط ستعمّر العالم وتجلب الخير إلى ساكنيه وتمنحهم الحياة الكريمة. فلو تخلت الأمم عن فرض نفسها على بعضها بالأساليب الخاطئة.. ولو أحبت بعضها وقدمت المساعدة لبعضها.. لرأينا نجاحاً عالمياً ينعم بثماره جميع أهل الأرض.

فكروا بالملايين التي تـُصرف على قتل الإنسان لأخيه الإنسان في الحروب! يا لها من وصمة عار على الإنسانية! وهل يمكن أن تكون النهاية سوى ألم ومعاناة وتخريب ودمار؟

الطريقة الوحيدة لوضع حد لهذا الشقاء البشري هو عن طريق المحبة.

ما دامت إحدى الدول تبني وتطور أسلحة للدمار، ستحاول دول أخرى ابتكار أساليب وأسلحة أكثر تطوراً وأشدّ فتكاً لحماية نفسها.. وسيعيش الناس في رعب دائم. فلماذا لا تنمّي كل الأمم المحبة والفهم بدلاً من تغذية الأحقاد والحروب؟ الحل الحقيقي هو في دين كوني من المحبة والتفاهم. الحب يجعل الإنسان منتصراً ظافراً.

القوة خلف كل قوة

أولاً وقبل كل شيء أحرز النجاح مع سيد الكون. الناس ينهمكون في أعمالهم لدرجة أنهم يظنون أن ليس لديهم متسعاً من الوقت للتفكير بالله. لكن ما الذي سيحدث للإنسان لو أن الله سحب قوّته من جسمه وعقله؟ لن يدق القلب بعدها ولن يقوى الدماغ على التفكير.

الله هو الحب الإلهي خلف كل حب بشري.. وهو العقل الكوني خلف كل عقل.. هو الإرادة الكلية خلف كل إرادة.. وهو النجاح الأعظم خلف كل نجاح أرضي، والقوة العظمى خلف كل القوى..

هو الدم في كل العروق والنـَفـَس خلف الكلام.

لو أنه سحب قوته مني لتوقفتُ فوراً عن النطق ولصمت صوتي للأبد.

ولو لم تعمل قوته في قلوبنا وعقولنا لكنا جثثاً هامدة.

فلنحفظ – حفظكم الله – الجميل .. ولنتذكر أن واجبنا الأول في الحياة هو نحو الله.

فمتى أدّينا ذلك الواجب المقدس نتصل مع مصدرنا وينشرح صدرنا وذلك هو النجاح الأكبر والفوز الأعظم. والسلام عليكم.

حكاية الملك الزاهد

في سالف الأزمان عاش في الهند حكيم عظيم يدعى فياصا مؤلف كتاب البهاغافاد غيتا أعظم أسفار الهندوس الروحية. وقد تمكن بفعل قواه الروحية العظيمة من استحضار روح سامية إلى رحم زوجته. ومع نمو الجنين في رحم أمه قام الوالد بتلقين الطفل غير المولود أسرار المعرفة وجواهر الحكمة عن طريق الوعي الباطن لزوجته.

لدى ولادة الطفل سمي سوكديفا. وبفضل تدريب ورعاية والده الحكيم أثبت فعلاً أنه طفل غير عادي بكل المقاييس. ففي سن السابعة تمكن من حفظ كل كتب الفلسفة والحكمة عن ظهر قلب وأصبح مستعدا لنبذ العالم بحثاً عن معلم عارف بالله لتحصيل المزيد.

في الهند يبحث المريد المتعطش إلى الحقيقة عن معلمين روحيين إلى أن يعثر على واحد يدرك في قرارة ذاته أنه المرشد المرسل له من الله لينقذه من ظلمة الجهل إلى نور المعرفة.

عندما تكون الرغبة في المعارف الروحية في بداياتها يحصل الراغب على دروس روحية متقطعة من مصادر مختلفة. لكن عندما يتعاظم الشوق لله يبعث الله له معلماً روحياً راسخاً في العلوم الإلهية يكون بمثابة الوسيلة المقدسة للعودة بالمريد الطامح إلى البيت الروحي.. إلى مملكة الله في باطن الإنسان.

عندما قرر سوكديفا الشروع في البحث عن مرشد روحي نصحه والده بالذهاب إلى الملك جناكا حاكم المقاطعة. حمل سوكديفا كتبه وتوجه إلى البلاط الملكي. وما أن دخل بوابة القصر حتى رأى الملك جالساً على عرش ذهبي مرصع بالياقوت والألماس تحيط به حاشية من النساء يهفهفن عليه بمراوح من

سعف النخيل (حسبما كانت العادة في الهند القديمة في فصل الصيف القائظ).

كان الملك جناكا آنذاك (منجعياً) على عرشه يدخن الأركيلة الشرقية فصعق الطفل سوكديفا لذلك المنظر وقال في نفسه: "يا عيب الشوم على والدي لإرساله لي إلى هذا الملك الدنيوي حتى النخاع! فكيف لرجل مادي الميول والطباع كهذا أن يكون معلماً لي؟!"

لكن الملك جناكا كان ملكاً وقديساً في نفس الوقت. عاش في العالم لكنه لم يكن من العالم. وإذ كان متقدماً جداً في الروحيات، فقد أدرك عن طريق تخاطر الأفكار ما كان يدور في ذهن سوكديفا الذي ترك بلاطه وقصف عائداً من حيث أتى.

أرسل الملك – القديس رسولاً خلف الصبي يطلب منه العودة. ولدى عودته تقابل المعلم والتلميذ وجهاً لوجه فصرف الملك مساعديه وعلى الفور دخل في حديث شيّق عميق عن الله وروائعه.

مرت أربع ساعات فراح سوكديفا يتململ وشعر بالجوع لكنه لم يشأ إزعاج الملك جناكا الغارق في بحار الله والمنتشي بحبه.

وما أن انقضت ساعة أخرى حتى حضر رسولان يصيحان: "يا صاحب الجلالة، المدينة كلها تحترق، والنيران اللاهبة تقترب من القصر. فهل تكرمتَ بالإشراف على جهود إطفاء الحرائق؟"

أجاب الملك: "إنني منهمك في التحدث إلى صديقي سوكديفا عن الله الرحيم الحامي كل المستجيرين به، الواثقين بعونه. ليس لدي متسعاً من الوقت لعمل شيء آخر. دعوني وشأني واذهبا وساعدا الآخرين على إطفاء الحريق."

بعد مضي ساعة أخرى، عاد نفس الرسولين إلى الملك جناكا وصاحا قائلين: "يا ملك الزمان نتوسل إليك كي تغادر على

الفور. فقد حاقت النيران بالقصر واللهب يقترب سريعاً من حجرتك."

أجاب الملك: "لا بأس! لا تزعجاني فأنا ما زلت أعب الشراب الإلهي مع صديقي الكريم. اذهبا وافعلا ما بوسعكما."

دُهش سوكديفا لموقف الملك، لكنه حاول أن يبقى محتفظاً بأعصابه، غير متأثر بما يدور حوله من هرج ومرج. وبعد فترة قصيرة حضر شخصان لسَعتهما النار فوقفا أمام الملك وصاحا بأعلى الصوت: "أيها الملك الجبار أنظر اللهب الحارق يقترب من عرشك! أهرب يا جلالة الملك قبل أن تلتهمك النيران."

فأجاب الملك: "اذهبا حفاظاً على حياتكما، فأنا أشعر بالأمن والطمأنينة بين ذراعي الله الكلي الحماية ولست خائفاً من النار ولهيبها المدمر."

هرب الرجلان بجلديهما وراحت النار تقترب من كومة كتب سوكديفا التي كانت بجانبه، ومع ذلك ظل الملك محافظاً على هدوئه غير آبه بكل ما يحدث.

هنا جزع سوكديفا وفقد هدوءه فنهض من مقعده وراح يضرب ألسنة اللهب بيديه في محاولة منه لحماية كتبه الثمينة. عندئذ ابتسم الملك جناكا وبإشارة من يده اختفت النيران فجأة كما لو لم تكن. فذهل سوكديفا لما رآه وغاص في مقعده وقد اعترته الدهشة والحيرة.

أخيراً قال الملك بهدوء: "يا أيها الفتى سوكديفا، عندما رأيتني ظننت أنني ملك غارق في الدنيويات، لكن أنظر إلى نفسك! لقد تخليت عن الله الكلي القدرة والحماية لكي تحمي كتبك في حين أنني لم ألق بالاً لمملكتي وقصري المحترقين. لقد فعل الله هذه المعجزة لكي يريك أنه بالرغم من زهدك في الدنيا لكنك متعلق بكتبك أكثر من تعلقك بالله، وأكثر من تعلقي بمملكتي مع أنني أعيش في الدنيا بدل الخلوات والصوامع."

شعر سوكديفا بالخجل، وفي نفس الوقت أدرك أن هذا الملك القديس هو - ليس سواه - مرشده الروحي.

بعد ذلك طلب الملك جناكا من سوكديفا القيام باختبار دقيق ليعلـّمه فن العيش في العالم دون الوقوع في شراكه والتقيد بقيوده. ففي ذات يوم أعطى الملك لسوكديفا طاسين طافحين بالزيت حتى الحافة وقال له: "ضع طاساً على كل كف وادخل كل حجرات القصر ذات الأثاث الفاخر وعد إليّ بعد أن تكون قد شاهدت كل محتوياته. لكن تذكر أنني لن أقبلك تلميذاً لي إن سمحت لنقطة واحدة من الزيت بالسقوط على السجاد."

وطلب الملك من اثنين من حراسه كي يرافقا سوكديفا.

ذلك الإمتحان كان عسيراً بالفعل، لكن بعد مضي ساعتين عاد سوكديفا منتصراً. فهو لم يدع نقطة واحدة من الزيت تنسكب من الطاسين الطافحين الموضوعين على كفيه الممدودتين.

فقال له الملك: "هات يا سوكديفا أخبرني عن تفاصيل كل حجرة من حجرات القصر."

فأجاب سوكديفا: "أيها المعلم الملكي، لقد كان ذهني مستغرقاً كلية في الحيلولة دون انسكاب الزيت على السجاد ولذلك لم ألحظ شيئاً آخر في القصر."

فأجاب الملك: "لقد خيبت ظني بك يا سوكديفا! ولم تنجح فعلا في امتحاني لك. لقد طلبت منك أن تعاين كل شيء في حجرات القصر وفي نفس الوقت أن لا تدع نقطة واحدة من الزيت تنسكب من الطاسين. عد وحاول من جديد وتعالَ إليَ عندما تنتهي واخبرني بما رأيت."

بعد عشر ساعات عاد سوكديفا بهدوء. فهو لم يسمح للزيت بالإنسكاب ولم يكن يتصبب عرقاً وإثارة كالمرة الأولى. وقد تمكن أيضاً من الإجابة على أسئلة الملك بخصوص محتويات القصر ووصف تفاصيل حجراته بدقة متناهية.

سُر الملك جناكا لنجاح سوكديفا في الإمتحان وقال بصوت رقيق:

"يا بني، إن التعلق بالممتلكات، وليس الممتلكات نفسها هو منبع الشقاء.

يا سوكديفا، في هذا العالم لا نملك شيئاً بل تـُعطى لنا الأشياء كي نستعملها أثناء إقامتنا الموقوتة على هذه الأرض. البعض لديه ما يستعمله أكثر من سواه، لكن تذكر أن المليونير والفقير سيتركان كل شيء عندما تحين ساعة الرحيل. لا ينبغي للإنسان أن يحيا حياة غير متوازنة كأن يفكر بالله فقط ويهمل واجباته في الدنيا، كحصر ذهنك بالزيت دون مشاهدة محتويات القصر. لكن في جولتك الثانية أبقيت انتباهك محصوراً بالدرجة الأولى بالزيت وفي نفس الوقت شاهدت كل شيء في القصر واستوعبت أدق تفاصيله. هكذا يجب أن تـُبقي فكرك منهمكاً في الله فلا تسمح لزيت الحكمة بالإنسكاب من طاس عقلك، وفي نفس الوقت يجب أن تكون ناشطاً في فعل الصواب وعمل الخير لمساعدة نفسك وأولئك الذين وضعهم الله في عهدتك."

والسلام عليكم.

الموت بداية أم نهاية

على مدى السنين والشهور بحثت بحثاً دقيقاً متواصلا إلى أن توصلت إلى معرفة سر الحياة والموت وما إذا كانت النفوس تعود إلى التجسد بعد مفارقتها أجسادها البالية.

بالنسبة لمعظم الناس تلك تبدو فكرة ليس أكثر، أو محض اعتقاد نظراً لانعدام البرهان. لكنني لا أتحدث من منطلق الإعتقاد وحسب، إذ وجدت الدليل على الحياة بعد الموت وعلى العودة إلى التجسد. ولذلك أستطيع أن أؤكد هذه الحقيقة من تجربتي الشخصية.

ومع أن الإنسان ينظر إلى الموت برعب وحزن، فإن الذين سبقونا إلى تلك العوالم السعيدة يعتبرون الموت تجربة رائعة من الفرح والسلام والحرية.

ما أروع الحياة بعد الموت! إذ لا ضرورة لنتع هذه الحزمة الثقيلة من العظام مع كل ما يرتبط بها من آلام ومشاكل.
النفوس في العالم الأثيري تحتفظ بوعيها وتسعد بتحررها من كل العوائق الفيزيقية المادية.

عند الموت ينسى الإنسان محدوديات الجسد المادي ويدرك كم هو حر طليق. هناك إحساس بالخوف لبضعة ثوان: الخوف من المجهول.. الخوف من شيء غير مألوف بالنسبة لوعي الإنسان. لكن بعد ذلك تختبر النفس معرفة عظيمة وتحس بفرح غامر للإنعتاق من كل القيود، لا سيما الإحساس بالوجود خارج القفص الجسدي.

ليس هناك ما يدعو إلى الخوف، لإنه ما لم يمت الإنسان فهو ما زال حياً، وعندما يموت تكون النهاية ولن يبقى عندئذ من شيء يستحق الخوف.

الموت تجربة عامة: تغيير يمر به كل إنسان.. فلنعزّ أنفسنا بأن الموت يحدث للجميع.. وأنه بمثابة فترة استراحة من أعباء الحياة وهمومها.

الموت تجربة ممتعة، ولكن يجب أن لا يتمنى الإنسانُ الموتَ هرباً من دروس الحياة القاسية في مدرسة الحياة هذه. فالهروب خطأ. ومهما كانت ظروف الإنسان على هذه الأرض يجب أن يواجهها بجرأة وشجاعة. وعندما ينجح في مواجهته الحياة هنا يكون الموت بمثابة جائزة مستحقة عن جدارة.

الموت ليس نهاية، بل تحرر وقتي يمنحه قانون العدل الإلهي (الكارما) للنفوس عند أدائها وظائفها خير أداء، أو عندما ينهك الألم قواها فلا تقوى على تحمل العيش ومواصلة السير.

الموت بالنسبة للمتألمين (والمتأملين) هو بمثابة ابتعاث من عذابات الجسم الأليمة إلى حالة من السكينة واليقظة والسلام. بالنسبة لكبار السن هو بمثابة معاش (تقاعد) مستحق بفعل العمل والكفاح المتواصل على مدى سنين طويلة. وبالنسبة للجميع هو بمثابة راحة مرحب بها. لكن أثناء تلك الراحة تستيقظ الرغبات المتناومة التي لم يتم تحقيقها أثناء الوجود الأرضي فتشعر النفس بضرورة تحقيقها. وعندما تصبح تلك الرغبات قوية بما فيه الكفاية تنجذب النفس إلى الأرض فتتجسد بالولادة من جديد.

إن ذاتنا الحقة أو روحنا هي خالدة في جوهرها. فقد نهجع لفترة بفعل ذلك التغيير الذي يدعى موتاً ولكن مستحيل أن تفنى هويتنا الذاتية. إننا موجودون ووجودنا هذا أبدي. الموجة تأتي إلى الشاطئ ثم تعود إلى البحر دون أن تفقد جوهرها، بل تتوحد مع المحيط أو تعود ثانية على شكل موجة أخرى.

الجسم بزغ من المحيط الكوني وسيتلاشى لكن جوهر الروح الذي يقطن الجسد لن ينعدم طوال الأبدية. لأن فناء ذلك الجوهر الإلهي هو أمر مستحيل.

لماذا نبكي عندما يموت أحباؤنا؟ لأننا نشعر بالحزن لخسارتنا. إن فارقنا أحباؤنا للدراسة في مدارس أفضل من مدارس الحياة فينبغي لنا أن نفرح لهم بدل الحزن عليهم. فالحزن على النفوس المفارقة يبقي تلك النفوس مشدودة إلى الأرض بحبال أحزاننا مما يعيق تقدمها في مستويات أعلى من آفاق الله الرحبة.

الموت يأتي للعاملين بجد واجتهاد في الحياة كترقية إلى حالة ومرتبة أعلى. وبالنسبة للفاشلين يأتي أيضا ليمنحهم فرصة جديدة في بيئة جديدة لإعادة الكرة وإحراز النجاح.

غير المستنيرين يبصرون في الموت جداراً سميكا يواري للأبد أصدقاءهم وأعزاءهم وراءه. أما المتحررون من التعلقات والرغبات الأنانية.. الذين يحبون الآخرين كتعبيرات بشرية لله،

يدركون أنه في الموت يعود أحباؤهم إلى الله ليتنفسوا في فضائه الرحب أنسام الحرية والسعادة النقية.

يجب أن نرسل أفكار المحبة للمفارقين وأن نسأل الله أن يمتعهم بالسلام والراحة في عالمهم الجديد. هذا يمكن أن نفعله بالتركيز العميق على النقطة ما بين الحاجبين وإرسال رسالة روحية إلى أحبائنا في العالم الآخر. كما يجب أن نبعث بأفكار التشجيع والمحبة إليهم. فإن كانت رسائلنا متواصلة لا بد أن يشعروا بها ويبادلونا نفس المشاعر. إذ هم بدورهم يفكرون بنا ويشتاقون لنا مثلما يفرحون كلما تذكرناهم وبعثنا لهم برسائل الحب والشوق.

وسيأتي اليوم الذي يجمع الله به شمل المحبين، وسنعرف عندئذ أن هذه الحياة البشرية ليست كل ما في الوجود، بل هي مجرد حلقة في سلسلة العلاقة الأبدية التي لا تنقطع مع أصدقائنا وأحبتنا في هذه الحياة وما بعدها

والسلام عليكم

النتيجة العادلة

العقل يخلق ويبدع كل شيء، ولذلك يجب توجيهه توجيها سليما بحيث لا يخلق

سوى الأفكار والأشياء الطيبة فقط. إذا تمسكت بفكرة ما، بإرادة وإصرار، فإنها

ستتخذ صورة ظاهرة ومحسوسة. عندما يتمكن الإنسان من استخدام إرادته في أغراض

نافعة وبنّاءة على الدوام يصبح سيد قَدَره.

هناك ثلاث طرق هامة لشحن الإرادة وجعلها قوية وفعّالة:

انتقاء عمل بسيط أو مهنة تعذر مزاولتها وإتقانها من قبل، والتصميم على

النجاح في ذلك العمل أو تلك المهنة.

التأكد أولا من أن الذي تم اختياره يمكن تحقيقه ثم عدم الإستسلام للإخفاق

والفشل.

تركيز القوى على غاية واحدة واستخدام كل الطاقات والفرص المتاحة لبلوغ

تلك الغاية.

من المهم جدا التأكد دوما، في أعماق الذات الهادئة، أن الذي يريده المرء ويجدّ في

طلبه هو في صالحه ومطابقا للمقاصد الإلهية. عندئذٍ يمكنه استخدام كامل قوة

إرادته لتحقيق هدفه، مع الاحتفاظ بعقله مركزا على الله مصدر كل القوى

والانجازات.

الخوف يوهن طاقة الحياة

العقل البشري هو مستودع هائل من الطاقة أو النشاط الحيوي. هذا النشاط يتم

استخدامه على الدوام في الحركات العضلية وعمل القلب والرئتين والحجاب الحاجز

والاستقلاب الخلوي وتفاعل الدم الكيماوي، وفي عمل أجهزة الحس الآلية

(الأعصاب). بالإضافة إلى ذلك فإن كمية كبيرة من النشاط الحيوي يتم صرفها في

التفكير والعاطفة والإرادة.

الخوف يوهن النشاط الحيوي. إنه من ألد أعداء الإرادة الفاعلة. الخوف يقوم

باعتصار وإعاقة نشاط الحياة الذي ينساب عادة بانتظام نحو الأعصاب فتبدو وكأنها

قد أصبحت مشلولة، فيهمد الجسم وتتناقص حيويته بشكل محسوس وملحوظ.

الخوف لا يساعدك على التخلص من سبب الخوف. إنه يوهن الإرادة ويستحث الدماغ

كي يبعث بإشارة عائقة إلى أعضاء الجسد. الخوف يعتصر القلب ويعيق عملية

الهضم ويسبب العديد من الاضطرابات البدنية. عندما يظل الوعي مركزا على الله

فلن نخشى شيئا وسنتمكن من قهر كل عائق وعقبة بالشجاعة والإيمان.

الأمنية هي رغبة تعوزها الطاقة. النية هي اعتزام القيام بشيء ما: تحقيق أمنية أو

رغبة. أما الإرادة فيمكن التعبير عنها بالقول: "إنني أعمل دون توقّف حتى أحقق ما

أريده." عندما يدرّب الإنسان إرادته يمكنه إطلاق قوى من النشاط الحيوي

وتوجيهها، وليس عندما يتمنى فقط الحصول على شيء ما دون القيام بما يلزم

لتحصيل ذلك الشيء.

الجهود الجديدة بعد الإخفاق تثمر نموا حقيقيا .

حتى الفشل يجب أن يعمل كمحفّز للإرادة وللنمو المادي والروحي. عند الإخفاق في

أي مشروع، من المفيد تحليل كل العوامل والحالات والظروف ذات الصلة للتخلص

بصورة تامة من احتمالية تكرار نفس الأخطاء في المستقبل. فصل الفشل هو أنسب

وأخصب موسم لزرع بذور النجاح.

لطمات ولكمات الظروف قد تسبب الكدمات والرضوض، ولكن ينبغي الاحتفاظ بالقامة

منتصبة والهامة عالية. يجب عدم الكف عن المحاولة، بل يجب أن نحاول مرة

أخرى بغض النظر عن عدد المرات التي أخفقنا بها. يجب أن نكافح عندما نظن أنه

لا قدرة لنا على المزيد من الكفاح، حتى نشعر في قرارة نفوسنا أننا أبلينا البلاء

الحسن وبذلنا أفضل ما لدينا من مجهود، أو إلى أن تتكلل مساعينا بالنجاح.

يجب أن نصمد في معركة الحياة حتى النهاية مستخدمين قوة الإرادة الجبّارة في

التغلب على كل صعوبات الحياة.

الجهود الجديدة بعد الفشل تأتي بنمو حقيقي، ولكن يجب تنسيق تلك الجهود وشحنها

بالانتباه الدقيق والإرادة الديناميكية الفعّالة.

افرض أنك فشلت حتى الآن، فليس من الحكمة أن توقف الكفاح معتبراً الفشل قضاءً

وقدرا. من الأفضل أن يموت الإنسان مكافحا من أن يوقف بذل المجهود ما دام

بإمكانه إنجاز المزيد، لأن جهوده ستستمر في حياة جديدة حتى عند موافاة الأجل.

النجاح والفشل هما النتيجة العادلة لما فعله الشخص في الماضي، إضافة إلى ما

يفعله الآن. لذلك يجب تنبيه وإيقاظ أفكار النجاح من تجسدات ماضية وشحنها

بالنشاط والحيوية للتمكن من السيطرة على أفكار الفشل في الحياة الحاضرة.

المصاعب والمتاعب التي واجهها الشخص الناجح قد تكون اكثر وأكبر من تلك التي

واجهها الشخص الفاشل. ولكن الأول درّب نفسه على رفض أفكار الفشل جملة

وتفصيلا طوال الوقت.

يجب تحويل الذهن من الإحباط والقنوط إلى الفوز والانتصار، من الهم إلى الهدوء،

من الحيرة الفكرية والقلق النفساني إلى التركيز العقلي، من التشويش والاضطراب

إلى السلام، ومن السلام إلى الغبطة الروحية المقدسة.

عندما تمتلك هذه المعرفة الذاتية تكون غاية حياتك قد تكللت بالنجاح وتحققت تحقيقا

مجيدا.

ضرورة التحليل النفسي

وللراغب في النجاح نسدي هذه النصيحة:

هناك سر آخر للنجاح هو التحليل النفسي. فاستبطان الذات هو مرآة فيها تبصر

خفايا وخبايا عقلك التي بغير ذلك تبقى محجوبة عنك. حاول تشخيص نقاط الفشل

وافرز النزعات والميول الطيبة والرديئة. استخدم التحليل الذاتي لتعرف أين أنت الآن

وما الذي تريد تحقيقه وما هي العقبات التي تعيق طريقك. حدد طبيعة عملك الفعلي

واعرف ما هي رسالتك في الحياة. حاول امتلاك كل مقومات الشخصية الأصيلة

والنبيلة، غير مدفوع بالميول والأهواء. وإذ تحتفظ بعقلك متوافقا ومتناغما مع الله

ستتقدم بسرعة وبأمان واطمئنان على الطريق نحو غايتك المنشودة.

الهدف الأسمى هو العثور على الطريق إلى الله. ولكن هناك واجبات ومسؤوليات

ينبغي إنجازها والوفاء بها في هذا العالم. الإرادة المقترنة بروح المبادرة ستساعدنا

على تحديد تلك الالتزامات وانجازها على أكمل وجه.

قوة روح المبادرة الخلاقة

ما هي روح المبادرة؟ إنها مقدرة خلاقة في باطن الإنسان: شرارة من المبدع

اللانهائي تمنح القدرة على خلق شيء لم يخلقه شخص آخر من قبل، مثلما تمنح

الحافز للقيام بالأمور بكيفية جديدة مبدعة. إنجازات الشخص الذي يمتلك روح

المبادرة قد تكون رائعة ومدهشة كالشهاب الثاقب. وإذ يخلق – حسبما يبدو – شيئاً

من لا شيء، فإنه يبرهن على أن ما يبدو غير مستطاع هو بالفعل ممكن باستخدام

الإنسان لقوة الروح الأعظم الخلاقة.

روح المبادرة والابتكار تمكّن المرء من الوقوف على قدميه، حرا مستقلا ، وهي

إحدى ميزات النجاح.

صورة الله في الجميع

كثيرون يعذرون عيوبهم الذاتية ويدينون الآخرين دون هوادة. يجب أن نعكس هذا

الموقف بأن نتغاضى عن عيوب الآخرين (غير الضارة بالناس) ونضع شوائبنا تحت

المجهر.

من الضروري أحيانا تحليل الآخرين، ولكن في مثل هذه الحالة يجب إبقاء الفكر

متحررا من التحيّز والتمييز. الفكر المنصف الذي لا يعرف المحاباة هو كالمرآة

الصافية الثابتة، غير المهتزة بالإدانة المتسرعة. وكل من يظهر في تلك المرآة

سيبدو على حقيقته دون تزويق أو تشويه.

فلنعاين صورة الله في كل إنسان، من أي جنس ومعتقد. سوف نتذوق طعم الحب

المقدس عندما نشعر بوحدتنا مع البشرية وليس قبل ذلك. في الخدمة المتبادلة

ننسى الذات الصغيرة (الأنا) ونلمس الذات العظمى الواحدة التي لا حدود ولا قيود

لها: الروح الإلهي الذي يوحّد كل البشر ويؤلف ما بينهم.

العادات الفكرية تتحكم بحياة الإنسان

لعادات الإنسان القدرة على تعجيل أو تأجيل نجاحه. ليست الإلهامات العابرة أو

الأفكار المشرقة، بل العادات الفكرية اليومية هي ما يقرر مسار حياتنا.

العادات الفكرية هي مغناطيس عقلي يجذب إلينا صنوفا معيّنة من الأشياء والبشر

والظروف. عادات الفكر الطيبة تمكّننا من اجتذاب الفرص النافعة المواتية، أما

العادات الفكرية السيئة فتقرّبنا من ذوي الطباع والميول الدنيوية ومن ظروف غير

مستحبة.

بالإمكان إبطال مفعول العادات السيئة وشل قواها بتجنّب كل ما من شأنه أن يوقظها

أو ينعشها، دون التركيز المتواصل عليها. بعد ذلك ينبغي توجيه الفكر نحو عادة

طيبة والعمل على تنميتها باستمرار حتى تصبح جزءا لا يتجزأ من حياتنا يمكننا

الوثوق به والاعتماد عليه.

في داخلنا قوّتان متضادتان في صراع لا يهدأ: قوة تدفعنا دفعاً لفعل ما لا ينبغي أن

نفعله، وأخرى توحي لنا بفعل ما يتوجب علينا فعله من الأمور التي تبدو أكثر

صعوبة. الصوت الأول هو صوت الشر، أما الصوت الثاني فهو صوت الخير أو الله.

وبفعل وفضل الدروس اليومية الصعبة نرى بجلاء أن العادات السيئة تغذي شجرة

الرغبات المادية التي لا انتهاء لها، بينما العادات الطيبة تغذي شجرة الأماني

والطموحات الروحية السامية. يجب تركيز الجهود أكثر فأكثر على التنمية الصحيحة

للشجرة الروحية المباركة حتى نتمكن يوما ما من قطف ثمار معرفة الذات الناضجة

الشهية.

إذا استطاع الإنسان تحرير ذاته من كل أنواع العادات السيئة، وإن استطاع القيام بكل

ما هو طيب ونبيل محبة بالنبل والطيبة وليس لأن الشر يجلب الحزن والندامة

فسينمو بالروح وسيتقدم على الطريق.

سيتحرر الإنسان عندما يهجر عاداته السيئة طوعا واختيارا. لن يتحرر إلا عندما

يصبح سيدا قادرا على إصدار الأوامر لمشاعره وأفكاره وإرادته كي تفعل ما ينبغي

فعله، حتى ولو كان ذلك ضد رغباته. في تلك القوة لضبط النفس والسيادة الذاتية

تكمن بذور الحرية الأبدية.

لقد ذكرت حتى الآن عدة ميزات هامة للنجاح: التفكير الإيجابي، الإرادة الفاعلة،

التحليل النفسي، روح المبادرة، وضبط النفس. هناك كتب عديدة تؤكد على واحدة أو

أكثر من هذه الميزات ولكنها لا تعترف بالفضل للقوة الإلهية الكامنة خلف عوامل

النجاح تلك. التوافق مع الإرادة الإلهية هو العنصر الأهم في تحقيق النجاح.

الإرادة الإلهية هي القوة التي تحرّك الأرض وما عليها والكون وما فيه. إنها إرادة

الله التي تدفع النجوم في الفضاء، وإنها إرادته التي تطلق الكواكب في مساراتها

وتنظّم دورات الولادة والنمو والتحلل لكل صور الحياة. فتبارك الله وتباركت إرادته الحكيمة العليمة

والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته.

النشوة الروحية

التجربة الفعلية للنشوة الروحية

لقد وهبنا الله قوة الإلهام الروحي: القدرة على تذوّق غبطة حضوره في داخلنا. لكن القوة الشريرة في الوجود ابتدعت ضروباً من المحاكاة الزائفة الكاذبة. فتأثير الإنشراح المؤقت للمشروبات الكحولية والمخدرات هو تزييف للتجارب الروحية الحقيقية. إن تعاطي الكحول والمخدرات يقود غالباً إلى الإنغماس في الممارسات الجنسية التي تحول دون الحصول

على قوة الإلهام الروحي بفعل تقييد العقل بالوعي الجسدي الكثيف.

كثير من الناس يشربون الخمر لتبديد الهموم ومحو الذكريات الأليمة المزعجة. لكن ذلك الضرب من التناسي يسلب الإنسان حكمته الروحية الفطرية.. أجل، يسلبه نفس القوة التي تساعده في التغلب على مشاكله والعثور على السعادة الدائمة.

الله هو ينبوع الفرح والسعادة، ويريدنا أن نطلب غبطته الدائمة التجدد ونعثر عليها داخل نفوسنا.

هناك قوة كونية شيطانية مخادعة – الشيطان أو إبليس أو الضد أو الدجال – تحاول دون توقف العبثَ بكل المظاهر والمفاهيم الجميلة والجليلة في هذا الكون.

ففي طول الخليقة وعرضها نرى القوى الثنائية للخير والشر يناقض ويناهض بعضها بعضا: الله خلق المحبة، والقوة الشيطانية خلقت الكراهية. الله خلق اللطف والعطاء، والقوة الشيطانية خلقت الأنانية ومحبة الذات. الله خلق السلام والوئام، والقوة الشيطانية خلقت التنافر والتناحر.

وإذ يعرف المريد ذلك يجب أن يدرك أن المشروبات الكحولية والمخدرات هي شديدة الضرر بسعادته لأنها تطمس السعادة الروحية الحقيقية وتعطب خلايا الدماغ مما يؤثر سلباً على ذكاء الشخص وقوة تمييزه. إن مجرد جرعة واحدة من المشروب أو تعاطي المخدرات قد يخلقا إدماناً لا سيما إن كان هناك ميل فعلي لهذه المواد الضارة من حيوات سابقة. الأشياء الشريرة يجب تلافيها لأنها شريرة.

عندما تتذوق جرعة النشوة الروحية الفعلية ستجد أنه ما من اختبار آخر يمكن مقارنته بها. يجب أن يجتهد الآباء والأمهات دوماً لترسيخ الوعي الروحي في أولادهم بتلقينهم التأمل والتمييز الواعي لئلا يستسلموا لإغراء اللعب بنيران المسرات المخادعة المزيفة.

الغبطة المقدسة لا انتهاء لها. لكن الملذات المتأتية من الكحول والمخدرات هي سريعة الزوال ولا تجلب في أعقابها إلا الندامة والمشاعر الهدامة.

إننا نستمتع كل ليلة أثناء النوم الهادئ الهانئ بتذوق السلام والفرح. فعندما نغط في سبات عميق يجعلنا الله نحيا في الوعي السامي الساكن، الذي به ننسى كل مخاوف وهموم هذا الوجود. في التأمل يمكننا أن نختبر تلك الحالة النفسية المباركة حتى في ساعات اليقظة، وأن نتذوق سلاماً من مستويات أخرى.

عندما يحل الفرح المقدس يصبح تنفسي هادئاً وأرتفع بالروح فأشعر بغبطة ألف نوم مرة واحدة، ومع ذلك لا أفقد شعوري العادي. هذه التجربة الكونية هي من نصيب المتعمقين في بلوغ الحالة السامية للوعي.

عندما يمتلئ كيانك بنشوة الله العارمة يصبح الجسد ساكناً بالمرة ويتوقف النفـَس عن الإنسياب، وتصبح الأفكار هادئة، بل وتتلاشى تدريجيا ويحس المتأمِل بحقيقة روحه وبقربه من الخالق فينهل من النعيم الإلهي ويتذوق نشوة الفرح الذي تعجز عن تقديمها ألف جرعة خمر.

الشخص العادي يشعر بالنعاس عند الخط الفاصل بين اليقظة والنوم، فيحس ببعض السعادة، لكنه يفقد ذلك الإحساس بسرعة ويغط في نوم عميق. النوم ليس فقداناً كلياً للوعي لأنك عند اليقظة تعرف ما إذا كان نومك مريحاً أم لا.

هناك حالات متعددة للنوم.. بعضها خفيف وبعضها عميق. لكن الاختبارات الروحية التي تحصل للإنسان مع الله بحالة واعية هي أكثر انتشاءً وانتعاشاً من أعظم غبطة نوم أو كـَرى (الوسن أو النعاس الذي يسبق الإغفاءة)

وما وراء غوامض النوم ومجاهله تكمن هذه المباهج المقدسة.

بمقدوري البقاء في أية حالة أرغبها. غالباً ما أظل بين دنيا النوم والإحساس بالعالم: في الحالة السامية.

إن لعقل المرء امتداداً كبيراً لا حد له، لكنه لا يدرك ذلك. باستطاعتي اختبار حالتين اثنتين مرة واحدة: النوم العميق واليقظة التامة. أو باستطاعتي أن أنام وأحلم وأسمع في نفس الوقت كل ما يحدث من حولي.

أحياناً أنام مثلما ينام الشخص العادي. وباستطاعتي أيضاً النوم ومراقبة نفسي نائماً بكامل وعيي. في الحالة السامية تجد

أن جسمك وعقلك نائمان، ومع ذلك تكون على دراية تامة بكل ما يحصل. هذا ممكن فقط عند تنمية قدرة الدخول الإرادي الواعي إلى حالة الوعي السامي والرجوع بوعي وإرادة إلى حالة اليقظة العادية.

لا حاجة أبداً للتخوف من الإنطلاق من الجسد دون إمكانية العودة إليه بفعل التأمل أو السكينة الباطنية أو الخيال. تلك الفكرة التي يروجها البعض لا أساس لها من الصحة. فالتعلق بالجسد هو قوي للغاية بحيث لا يتسنى الإفلات منه بسهولة. وحتى لو امّحى الإدراك العادي ليس من الممكن مغادرة الجسد بصورة نهائية ما دام العقل الباطن أو اللاشعوري مرتبطاً به.

إن تصوّرت شيئاً ما بقوة كبيرة، سيصبح ذلك الشيء منظوراً على شكل هلوسة، دون أي حقيقة ذاتية. يجب معرفة الفرق بين الخيال ومعرفة الذات. البرهان الجوهري على معرفة الذات الإلهية – لوعي الله في داخلك – هو أن تكون سعيداً فعلاً وبدون شروط.

إن كنت تختبر الفرح المتزايد والمتواصل في التأمل فاعلم أنك تلمس حضور الله في روحك. أما إن حدثَ توقفٌ أو انقطاعٌ في انسياب السعادة المقدسة فهذا دليل على وجود عنصر غريب في الوعي ينبغي التخلص منه لاستعادة الفرح الباطني.

المعلم الروحي العارف بالله يمتلك رغبة واحدة وهي تقديم المساعدة الروحية لطالبيها وتشجيعهم على التفكير بالله والتقرب منه قلباً وروحاً وفكراً وعملاً. وكل من يتناغم معه يحصل على بركات الله من خلاله لأنه مجرد وسيلة متواضعة بين يدي الله جل وعلا.

لا يستطيع الإنسان أن يكون مع الله لمجرد التفكير بأنه حاصل على الإستنارة الروحية. تقويم الذات وتحسين الأخلاق مطلبان أساسيان لبلوغ الحالات العليا. هناك بون شاسع بين معرفة الله الممكنة ومعرفة الله الفعلية. ليس بالإمكان التعرف عليه سبحانه إلا بالتواضع والحكمة والإخلاص والأخلاق الفاضلة والشوق الوجداني. المتواضع هو الذي يتعرف على الله ويعترف به الله.

الذين يتعمقون في ارتياد الوعي الكوني ينمّون – تلقائياً – قدرات روحية فائقة وسيطرة على القوى الطبيعية. لكن ما من إنسان حاصل على وعي الله الحقيقي يستخدم قواه للتفاخر والمباهاة، دون حكمة أو تعقل.

الحكماء يدركون أن الله هو العامل الأوحد في الوجود. وبتواضع يعيدون إليه المواهب الخارقة التي امتن عليهم بها.

أليس كل ما في الوجود معجزة؟ والإنسان لمجرد وجوده أليس هو الآخر معجزة؟

فإن كان بنو البشر غير قانعين بكل العجائب التي خلقها الله، فلماذا على القديسين القيام بمزيد من المعجزات؟

أولياء الله الصالحون لا يقومون بأي شيء ما لم يطلب الله منهم عمل ذلك، ولأسباب غامضة وعويصة الفهم أحيانا.

سأوضّح بالمثال كيف يختلف الوعي السامي عن الوعي الباطن.

الوعي السامي هو تلك الحالة التي تستطع بها – أثناء اليقظة والنوم وبكامل وعيك – استحداث أي إحساس في الجسد بالإرادة وبدون أي منبّه خارجي.

في عالم الخيال اللاشعوري (في دنيا الأحلام) تستطيع أن تشرب كوباً من الحليب الساخن، لكن هذا الإختبار يَفرض نفسه عليك فرضاً. في الوعي السامي تستطيع أن تختبر نفس الشيء أو أي شيء آخر بوعي إرادي أو بإرادة واعية.

فما لم يتمكن الشخص من فعل ذلك يجب أن لا يخدع نفسه محتسباً أنه بلغ آفاق الوعي السامي. الطريق قد يبدو طويلاً إنما رحلة ألف ميل تبدأ بخطوة واحدة. وما دام الإنسان متفائلا فلا يمكن لأي عائق أن يحول دون تحقيق الغاية المرجوة.

ملايين من الراغبين لا يتخطون مشاهد واختبارات العقل الباطن الذي يظهر عجائبه أثناء النوم. ولكن في الحالة السامية تستطيع أن تبصر أو تعرف ما تريده، ليس بالخيال بل بالواقع. باستطاعتي أن أجلس على هذا الكرسي وأحول عقلي إلى أي مكان وأرى بالضبط ما يحدث في ذلك المكان.

أحياناً يحيا المريدون في الوعي الباطن، وأحياناً يرتفعون إلى الوعي السامي. وهناك حفنة قليلة من المريدين ممن

باستطاعتهم تخطي الوعي السامي وبلوغ الوعي الكوني: فضاء الروح الإلهي الذي لا منشأ له ولا علة.

في حالة الوعي الروحي النقي لا حاجة للمريد أن يتخيّل الأشياء مسبقاً كيما يختبرها. فعندما يتوحد بالوعي الكوني يتمدد وعيه ويمتزج في كل ذرة من ذرات الوجود ويصبح على دراية واعية بكل الكون والكائنات. ذلك الإختبار هو امتدادٌ للوعي لا انتهاء له. ومن يختبر ذلك الوعي يحس أنه موجود في ألياف الأعشاب وعلى قمم الجبال، كما يشعر بكل خلية من خلايا جسمه وكل ذرة من ذرات الفضاء.

لكن الوعي الكوني هو ما وراء ذلك أيضاً.

فعندما يستطيع الشخص الشعور بوجوده في كل الوجود..

ويعرف أيضاً الفرح ما وراء الوجود..

يتوحد مع الوعي الإلهي الكلي الوجود.. والسلام عليكم.

البصيرة

البصيرة هي الوسيلة التي بواسطتها نستطيع إدراك عالم المثل الذي لا تدركه الحواس الخمس أو الأفكار. صحيح أن عالم المثل يظهر في العالم الحسي ومن خلاله، وصحيح أن معرفة الثاني تعني معرفة الأول، ولكن هناك فرقاً في طريقة معرفة الاثنين.

هل يمكننا معرفة العالم الحسي بكل أبعاده عن طريق الإدراك الحسي أو الفكر فقط؟ بكل تأكيد لا. هناك حقائق لا متناهية وأمور ونواميس وعلائق سواء في الطبيعة أو في أجسامنا ما زالت كـُتباً مختومة وأسراراً مكتومة بالنسبة للبشر، فما بالك بمعرفة العوالم الروحية التي تكمن خلف الأفكار والمدركات الحسية جميعاً!

البصيرة تبزغ وتعمل من داخل النفس بينما الفكر من الخارج. البصيرة تجعلنا نقف وجهاً لوجه مع الحقيقة بينما الفكر يعطينا صورة غير مباشرة عنها.

البصيرة ترى الحقيقة كوحدة كاملة بفعل ارتباط غريب وعجيب (بينها وبين الحقيقة)، في حين يعمل العقل على تقسيم الحقيقة وتجزئتها.

كل إنسان يمتلك قوة البصيرة مثلما يمتلك العقل. ومثلما يمكن تدريب وتهذيب الفكر، هكذا يمكن تنمية وتطوير البصيرة. في البصيرة نكون في توافق تام مع الحقيقة (مع **عالم الغبطة**، مع الوحدة في التعداد) ومع النواميس الباطنية التي تحكم العالم الروحي، ونكون أيضاً في توافق مع الله.

كيف نتأكد من حقيقة وجودنا؟ هل عن طريق المدركات الحسية؟ وهل الحواس تنبؤنا بأننا موجودون، وتبيّن لنا مصدر الوعي بالوجود؟ طبعاً لا. الشعور بالوجود لا يتوقف على الحواس التي لا يمكنها أن تكون على دراية واعية بأي شيء دون معرفتنا أولاً بأننا جزء من عملية الإحساس نفسها.

هل ينبؤنا الإدراك الحسي وعملية التفكير بأننا موجودون؟ بالتأكيد لا، لأن معطيات العقل هي عبارة عن انطباعات حسية وهي – حسبما اتضح – غير قادرة على أن تثبت لنا بأننا موجودون.

ولا يمكن لعملية التفكير أن تمنحنا الوعي بالوجود لأن هذا الأخير مندمج في عملية التفكير نفسها. فعندما نقارن أنفسنا بالعالم الخارجي ونحاول أن نفكر أو نستدل بأننا موجودون يكون وعي الوجود موجوداً في نفس عملية التفكير والاستدلال. ومع عجز الفكر وقصور الحواس كيف يتسنى لنا أن نعرف أننا موجودون؟ الجواب هو عن طريق بصيرة النفس فقط. وهذه المعرفة هي إحدى مظاهر الحدس. إنها أسمى من العقل والحواس التي لا وجود لها بغير البصيرة.

من الصعب تعريف البصيرة لأنها قريبة جداً منا جميعاً. كل واحد منا يحس بها. ألسنا نعلم ما هو وعي الوجود؟ إنه مألوف لدرجة لا تقبل التعريف. إن سألت شخصاً ما كيف يعلم أنه موجود لن يتمكن من الجواب. إنه يعرف ولكنه يعجز عن التعريف. وقد يحاول الإيضاح والإفصاح ولكن عباراته لا تعبّر عما يحس به داخل كيانه. البصيرة تمتلك هذه القدرة في كل صورها وأشكالها.

الطريقة الرابعة المشروحة في مكان آخر ترتكز على البصيرة. وكلما كان اهتمامنا بها كبيراً كلما ضمنت لنا معرفة الله بمقدار أكبر.

عن طريق البصيرة يتوصل الإنسان إلى الله ويحصل الارتباط بين العالمين الحسي والمثالي، ويتم إدراك هذا الأخير في العالم الحسي ومن خلاله. عندئذ يتلاشى تأثير الحواس وتختفي الأفكار المزعجة ونعرف الله – الغبطة ويبزغ في داخلنا وعي (الكل في الواحد والواحد في الكل). تلك هي البصيرة التي يمتلكها أنبياء وعظماء وحكماء العالم.

الطريقة الثالثة أو التأملية الموضّحة سابقاً تأخذنا أيضاً إلى عالم البصيرة عندما نمارسها بهمة ونشاط، ولكنها طريقة غير مباشرة وتستلزم وقتاً أطول كي تخلق بنا ما يحدث عن طريق البصيرة أو المعرفة المباشرة.

لذلك عن طريق البصيرة يمكننا معرفة الله في كل مظاهره. إن حواسنا غير قادرة على تعريفنا عليه، لأنها لا تعرف سوى مظاهره. ولا يوجد عقل أو استدلال يمكننا بواسطته معرفة الله على حقيقته، لأن العقل لا يمكنه أن يتجاوز معلومات ومعطيات الحواس. إنه يقدر على تنسيق وتفسير الانطباعات الحسية ليس أكثر.

عندما تعجز الحواس عن تقريبنا من الله يعجز العقل أيضاً لأنه يعتمد عليها. لذلك يجب أن نتوجه إلى البصيرة كي تعرّفنا على الله في مظهره المغبوط ومظاهره الأخرى.

ومع ذلك توجد عوائق عدة للإدراك الحدسي هذا، كالمرض والوهن العقلي والشكوك والكسل والمطامح المادية والأفكار المنحرفة وعدم الثبات. هذه العوائق هي إما موروثة أو مكتسبة من مصاحبة الآخرين. ميولنا الموروثة نحو الأمور الضارة وغير السليمة يمكن التغلب عليها بالمجهود العقلي القوي، مثلما يمكننا التخلص من الفشل والإحباط بقوة الإرادة. بالمجهود الصحيح ومصاحبة الطيبين – مريدي الله – يمكننا اقتلاع العادات السيئة من بستان النفس وغرس العادات الصالحة بدلاً منها.

وما لم نصحب الذين رأوا ولمسوا وأدركوا الحقيقة في حياتهم فقد لا نعرف ماهية تلك الحقيقة.

روح البحث كامنة في الجميع، وكل إنسان في هذا العالم هو باحث عن الحقيقة التي هي ميراثه الخالد، وهو دائم التنقيب عنه بحكمة أو بغباء إلى أن يعثر عليه ويستردّه كاملاً.

لم يفت الأوان بعد. فمن جدَّ وجد، ومن سار على الدرب وصل!

الإنسان غير المنظور

المعلم برمهنسا يوغانندا

يبدو أن مجرد التفكير بأن الإنسان كائنٌ خفي عن الأنظار هو أمرٌ منافٍ للطبيعة أو العقل. إننا منظورون كل يوم بالنسبة لأنفسنا كأجسام مادية. ولكن هناك طرق عديدة من خلالها نظهر طبيعتنا الجوهرية الخفية.

مثال على ذلك إن أغمضت عينيك يصبح جسمك غير منظور بالنسبة لك. فكيف تعلم أنك موجود؟ إنك تشعر بوزن الجسم، وتستطيع أن تسمع وتشم وتتذوق وتحس، لكنك حقيقي لذاتك بالفكر والشعور فقط. إنك نواة محجوبة تدور حولها أفكار عديدة. الآن افتح عينيك. والسؤال هو: هل أنت الشكل الذي تراه أم الكائن الباطن الذي كنت تشعر به للحظة خلت وعيناك مغمضتان؟

الإنسان المنظور ليس على جانب كبير من الأهمية. الذات الخفية أو النفس هي الأهم. أثناء النوم لا تشعر بالإنسان المنظور، لكنك تشعر بنفسك لأنك تعلم لدى الإستيقاظ ما إذا كان نومك هادئاً هانئاً أم غير ذلك. إذاً ذاتك المحتجبة هي حقيقية. ولولا تلك الذات غير المنظورة لما كان لصورتك المنظورة معنىً أو أهمية.

لولا الذات الخفية لكان الجسم عديم القيمة كالجثة الهامدة أو الجيفة الجامدة.

الإنسان الباطن المحتجب هو الحقيقي. لكن، ويا للغرابة، لا يحاول الإنسان تحليل ماهية تلك النفس الخفية! إن جل اهتمامه منصبٌّ على تلك الصورة الجسدية التي لا يجد صعوبة في لمسها ورؤيتها. ولذلك فهو يصرف أيامه ولياليه مهتماً بجسمه المادي ومتطلباته بحيث لا يتوقف للحظة ليتأمل أن الذات الباطنية غير المرئية هي الحقيقة.

يوجد داخل الجسم المادي جسم من النور له نفس المشابهة. ومع أنه غير منظور لبصر الإنسان لكنه الغلاف الكوكبي أو الأثيري للنفس.

الأشخاص الذين بُترت إحدى أصابعهم يشعرون كما لو أنها ما زالت موجودة. وكل من فقد أحد أطرافه يعرف هذا الإحساس. هناك صنو أو نظير أثيري محجوب لكل عضو من أعضاء الجسم. فخلف القلب المادي يوجد قلب مستتر ولولاه لما تمكن القلب المنظور من الوجيب. للإنسان أعضاء غير منظورة من بصر وسمع ودماغ وعظام وأعصاب أثيرية. هذه الأعضاء، التي هي بمثابة أنسجة النور والنشاط، تؤلف الجسم الكوكبي للإنسان غير المنظور. الجسم الكوكبي أو الأثيري يشابه تماماً الجسم المادي المنظور. والفرق هو أن شكله النوراني الحيوي لطيف للغاية.

عندما يصاب الجسد بعاهة يجب أن لا يؤكد الإنسان لنفسه أن بصره ولـّى وأنه فقدَ يده. العينان واليدان غير المنظورتين لا تزالان موجودتين. ومع أن الذراع الجسدية قد تكون مشلولة لكن الذراع غير المرئية ليست معطلة. لا تؤمن قط أن الأعضاء غير المنظورة تتأثر بأي شكل بمرض الأعضاء الجسدية، لأن الأفكار السلبية ستحول دون انسياب النشاط الحيوي الواعي إلى أعضاء الجسم المادي.

التيار الكهربائي يمر وسط السلك. أيهما الأهم: السلك أم الكهرباء؟ السلك موجود لمجرد تمرير الكهرباء من خلاله. وجود الكهرباء لا يتوقف على السلك. وهكذا فالجسد موجود كي يستخدمه الإنسان غير المنظور أي النفس، وليس العكس.

ولكن للأسف فإن هذه الذات الخفية مقيدة بالجسد! ولولا ذلك لاستطعنا السير على الماء والتحليق في الفضاء والرجوع ثانية إلى الجسد.

الجسم الأثيري للذات المحجوبة له مدركات حسية أعظم بكثير من نظائرها الجسدية. لقد ابتكر الإنسان الآلات التي في بعض الحالات هي أعظم بكثير من الجسد المادي المحدود بالعديد من القيود. ولكن عندما ينمو شعورك بالجسم الكوكبي ستجد أنه يستطيع ما لا قدرة للأذن على سماعه، وأن يرى ما لا

قدرة للعين على معاينته. كما أن بمقدوره أيضاً أن يشم ويتذوق ويلمس أشياءً تفوق بكثير مجال الحواس المادية.

الناس دائمو العناية والإهتمام بمصباح الجسد المادي دون أن يخطر على بالهم البحث عن تلك الكهرباء السرية التي تضيء ذلك المصباح.

الإنسان المنظور مركّب من ستة عشر عنصراً: مواد كيماوية يمكن ابتياعها من السوق! الجسد المادي قيمته زهيدة من حيث العناصر المكونة له. لقد آن الأوان لأن ينمّي الإنسان معرفة أفضل بالإنسان الخفي عن الأنظار. ذلك الإنسان المحتجب هو الذي يمتلك القدرات والأفكار والأصحاب.. وهو الذي يحب ويفكر.. وبدونه لا يمتلك الجسد المادي سوى العناصر الكيماوية المركّب منها.

يجب توجيه الضوء الكشاف للذهن نحو الداخل، بعيداً عن الإنسان المنظور المأسور.

الجسد المادي يعاني من آلام ظهر ومغص ويعاني أيضاً من التدهور والتلف عند حلول الشيخوخة. إنه دائم الولولة والأنين والتحرّق لهذا الشيء أو ذاك.

الإنسان المنظور لا يتحمل سقوطاً عنيفاً محطماً للعظام، وينكمش أحياناً لمجرد وخزة دبوس صغير.

الإنسان اللامنظور لا يؤذيه شيء. إنه حرٌ طليق. بمقدوره ملاشاة كل متاعب ومضايقات الجسد المادي.

الإنسان المحجوب في داخلنا هو ذاتنا الحقة.

ذلك الكائن الكامن وراء ذرات الجسد هو الروح الذي لا يتغير ولا يتبدل ولا يخضع أبداً للتقلب أو الفناء.

يظن الإنسان أنه الجسد لكنه ليس الجسد. قطعة الجليد يمكن تذويبها وتغييبها عن النظر بواسطة عملية التبخر. العملية يمكن عكسها بتكثيف البخار إلى سائل وتجميد السائل إلى شكل صلب مرة ثانية.

إن العيش بوعي الجسم المادي وحسب هو أمر معوِّق روحياً لأن الجسد معرّض لآلام المرض والأذى والجوع والموت. يجب أن لا نقنع أنفسنا بأننا هذا الجسد المنظور الخاضع للتهشم والتهدم.

الإنسان المحتجب في داخلنا لا يمكن قتله أو إلحاق الأذى به. ألا يجدر بنا بذل مجهود أكبر لإدراك طبيعتنا المجهولة الخالدة؟

وبزيادة معرفتنا لهذه الذات المستترة سنتمكن من السيطرة على الإنسان المنظور كما يفعل عظماء المعلمين. فالذي يشعر بقواه المقدسة ويحس بوجود الإنسان الخفي الباطن يمكن أن يفصل ذاته عن الآلام الجسدية حتى عندما يكون الإنسان المنظور في ضيق وخطر.

وما هي الطريق للحصول على تلك السيادة؟

يجب صرف المزيد من الوقت في سكينة التأمل والهدوء. قد يبدو ذلك أمراً غير مرغوب به في البداية لأن العيش بوعي الجسد والتماهي المتطاول مع إحساساته يجعل من الصعب على الإنسان التفكير بأي شيء خلا متاعبه ورغباته ومتطلباته التي لا تقف عند حد. لكن بعداً جديداً سينفتح في وعي الإنسان عندما يؤكد لذاته هويته الروحية ويقنع نفسه بأنه بالفعل مخلوق على صورة الله النقية.. وبأن حياته لا يمكن أن تفنى بأية وسيلة.. وأنه الإنسان المحجوب والباقي طوال الأبد.

ذلك الإنسان غير المنظور مصاغ على صورة الله، طليق كالروح الإلهي. في الإنسان المنظور تكمن كل قيود العالم ومتاعبه. فحالما نكون شاعرين بأجسادنا نكون مرتبطين بقيود الجسد. ولهذا يعلمنا العظماء كي نغمض أعيننا ونذكّـر أنفسنا – بالتأمل على النفس المحتجبة – أننا غير مقيدين بقدرات الجسد المادية المحدودة.

كثيراً ما أكدت بإيمان وقناعة كبيرين "إنني لست مقيداً بجسدي المادي. فحيثما أردت الذهاب أكون هناك على الفور."

قد تقول "تلك مجرد فكرة لا غير". حسناً. ولكن ما هي الفكرة؟ إن كل ما تراه من حولك هو أفكار مجسدة. لا تستطيع تصور أي شيء دون الفكر. الفكر بحد ذاته غير منظور ومع ذلك يجعل كل ما نراه حقيقياً. لذلك إن تمكنت من التحكم بأفكارك تستطيع أن تجعل كل شيء منظوراً، ويمكنك أن ترى كل شيء بقوة تركيزك العقلي.

عندما تركز تركيزاً ذهنياً جاداً وتبلغ درجة كبيرة من التعمق تستطيع أن ترى بعين عقلك الشيء الذي تفكر به، تماما كما لو كنت تراه بعيني رأسك. الأفكار غير المنظورة يمكن تجسيدها إلى اختبارات مرئية.

إن أغمضت عينيك لا تستطيع رؤية جسدك، ومع ذلك يبقى حقيقياً بالنسبة لك. فلماذا تفكر أن النفس الخفية غير حقيقية لمجرد أنك لا تستطيع رؤيتها؟

في التأمل ترنو إلى الظلمة خلف العينين المغمضتين وتركز ذهنك على النفس أو الذات الخفية في داخلك.

بالتدرّب على ضبط أفكارك وتحويل عقلك نحو الداخل بحسب أساليب التأمل العلمية الممنوحة من المرشد الروحي ستنمو نمواً روحياً تدريجياً. تأملاتك ستكون أكثر عمقاً وذاتك غير المنظورة التي هي صورة الله الروحية في داخلك ستصبح حقيقية بالنسبة لك. وفي هذه اليقظة السعيدة لمعرفة الذات فإن الوعي الجسدي المحدود الذي كان حقيقيا للغاية يصبح غير حقيقي، وتعلم أنك اكتشفت ذاتك الحقة التي لا تقهر، وأدركت وحدتها مع الله.

وستدرك أيضاً كيف أن الإنسان غير المنظور مقيّد بالجسد الفيزيقي بفعل التعلقات التي هي حبال عقلية وعاطفية ورغبات في أمور محددة على المستوى الأرضي.

ولكن عندما تستطيع بالتأمل العميق حل أو تقطيع تلك الحبال ستتحرر وستعلم أنك صورة الله. ابحث عن الإنسان غير المنظور المأسور في غابة الإحساسات الجسدية والمادية.

إنك لو عرفت لمرة واحدة ذلك الإنسان غير المنظور لأدركت أن الجسم المادي هو غلافه الخارجي، وأن له جسماً نورانياً وله أيضاً جسم باطني فكري، ولأدركت أيضاً أي كائن عجيب أنت!

ركـّز أفكارك على ذلك الأنت غير المنظور. الإنسان المرئي وهم وخداع. الإنسان الباطن أو غير المنظور هو الحقيقي. عندما تعرف ذلك ستعلم أنك لست عظماً ولحماً، بل الإنسان الخفي عن الأنظار الذي لا يحيق به الفناء أو الدمار.

أنت روح والروح لا يموت! لا تظن أن القبر هو نهايتك. عندما يموت الجسد المادي تنتقل الروح إلى مستوى آخر من الوجود. لا شيء يفنى. النموذج الأصلي للجسد هو دائم الحضور في الأثير.

الناس يشعرون أن أحبابهم المفارقين قد ارتحلوا للأبد لأنهم لا يمتلكون مقدرة كافية من التركيز العقلي التي تمكنهم من مشاهدتهم في أشكالهم الشفافة في العالم الأثيري حيث هم مقيمون. فكر دوماً بهذه الحقائق، وكرر لنفسك – إن كنت مهتماً بهذه الأمور – "إنني تصميم الله النوراني.. أنا أبدي ودائم التجوال في مملكة الله."

إنك ذلك الإنسان المحجوب الذي لا يمسه الموت ولا تؤثر به الخطوب، وستبقى كذلك أبد الدهر. فلماذا لا تدرك خلودك الآن؟

عيوننا الجسدية تخدعنا بالتفكير بأن عالم الثنائية هذا هو حقيقي. افتح عينك الروحية وانظر شكلك غير المنظور. فإن انفتحت عينك الروحية في هدأة السكون الباطني سيصبح المحتجب مرئيا.

عندما تكون مفكراً، حالماً، ومركـّزاً ذهنك بعمق تكون ذلك الإنسان المتواري عن الأنظار. ذلك الإنسان هو حقيقي والإنسان المنظور هو ظله.

انسَ الظل وتذكر الحقيقي.
كن واحداً مع الإنسان الذي لا يُرى..
الصورة النقية لرب الورى!
والسلام عليكم.

التعريف بالوعي الكوني

لا يمكن بلوغ الوعي الكوني ما دام هناك ارتعاش فكري صغير أو موجة قلق عقلي طفيفة. الأساليب العلمية للتأمل تساعد كثيراً على تحسين نوعية التركيز العقلي مثلما تعزز قدرة الشخص على التحكم بأفكاره، مما يوفر عليه سنيناً من التجوال العقيم في عالم اللاشعور. لا ننكر أن للاشعور فائدته كمستودع للذاكرة، وكمنطقة للنوم والأحلام. لكن يمكن أن تكون تلك

المنطقة عائقاً للتأمل، وفيها ما فيها من الإغراء للخياليين الميالين للإتصال بعالم الأرواح بولوج مجال الهلوسة الخيالية التي لا حقيقية لها ولا قيمة روحية، ولا تختلف كثيراً عن الأحلام العادية أثناء الليل. طرق التأمل العلمية، إضافة إلى المجهود الشخصي ترفع مستوى العقل إلى الحالة السامية لمعرفة الذات والتناغم مع الله.

ما ينبغي تجنبه هو تلك المنطقة الزاخرة بالاختبارات الوهمية الخيالية التي يحتسبها البعض تجارب روحية لكنها ليست من الروحية في شيء. لا يمكن الحصول على اختبارات روحية حقيقية وإدراك فعلي للحق دون تركيز العقل على الله. فالتركيز التأملي هو حالة استغراق عقلي تام وسكون كامل للوعي. طبيعة الوجود هي الحركة أما طبيعة الروح فهي السكون أو عدم الحركة. التركيز إذاً ضروري من أجل التناغم المقدس. إن أساليب وفنون التركيز والتأمل المعطاة في دروس معرفة الذات توصل إلى التوافق التام للوعي البشري مع الوعي الإلهي.

العالم طريقته الوعظ الكثير والتطبيق القليل. قد تسمع محاضرة عن العسل لمائة مرة، ولكن لن تعرف نكهة العسل ما لم تتذوقه. وبالمثل لا يمكن معرفة روعة أي تعليم إلا بالممارسة. يجب أن نطبّق تعاليم الأنبياء والعظماء ونحياها. عندئذ ستصبح حقائقهم حقائقنا وندرك أن الحق يمكن إثباته والبرهنة عليه، وإنه عالمي الطابع. عندما نسير بنور الحق، فمهما كان معتقدنا أو الطريق الذي نسير عليه سيتقبل الله عملنا ويقبلنا في عداد المقربين لديه.

يجب السير على دروب الحق بإخلاص وثبات. وتذكر أيها الراغب العزيز أن من بين ملايين البشر لا يوجد سوى قلة قليلة يبحثون عن الله. وحتى من بين أولئك الباحثين لا يثبت سوى عدد ضئيل منهم حتى نهاية المشوار. لكن المثابر على الطريق سيتعرف على الله. وما دام قلبه مع الله سيصل إلى غايته المنشودة مهما تعثرت قدماه وسقط المرة تلو الأخرى. ما دامت النوايا صافية والدوافع نظيفة فلا خوف عليهم ولا هم يحزنون.

وهكذا يجب أن نبذل ما في وسعنا لكي نجعل التأمل على الله تجربة مُعاشة في حياتنا. الإخلاص في الإيمان مطلب أساسي لا غنى عنه، حيث لا ينفع الإدعاء الذي لا يزيد صاحبه إلا غروراً وبُعداً عن غايته.

آمل أن يحتل الله العلي القدير المقام الأول في حياتكم وأن لا تنسوه لحظة واحدة، وأن لا تقنعوا بحطام الدنيا بل تجعلوا الله محجتكم المباركة وهدفكم الأسمى في الحياة. خلفَ الجسد المحدود يكمن المطلق اللامتناهي. إنني لا أتكلم بالروحيات ما لم أشعر أن الله معي وأنني منسجم معه تمام الإنسجام. وعندما أتحدث من ذلك الوعي أعلم أن كلماتي تتشبع بروح الحق وأن كل الباحثين الصادقين سيشعرون بصدق ما أقول.

هناك من يخلطون بين الحقائق والأوهام، فيصرّون على أن الحقائق أساطير وأوهام وأن الأوهام حقائق وأنوار تسطع في الظلام.

القدرة على التركيز أمرٌ لا غنى عنه على الطريق الروحي من أجل التقدم والإرتقاء روحياً. إذ بدون التركيز العقلي لا يمكن أبداً العثور على الله. يجب أن نتعلم كيف نقفل نوافذ الوعي منعا لوصول الأصوات والمشوشات الأرضية الأخرى.

وعندما يتم معايرة الوعي وضبطه روحياً تحصل التجربة الذوقية ويشعر المريد بالحضور الإلهي. الله موجود دائماً وأبداً مع الإنسان وفي كل مكان. لكن عدم القدرة على ملامسة حضوره تعود إلى انشغال الذهن بأمور كثيرة ذات طابع دنيوي بحت. الإنتباه الموحَّد أو التأمل على الله هو الأداة التي تمكننا من الإحساس بقربه. ولهذه الغاية يلجأ المتصوفة إلى الذكر المستدام فيرددون إسم الله (أو لا إله إلا الله أو يا حي يا قيوم) حتى يستغرق كيانهم بأسره في المعنى فينتقل وعيهم بسهولة إلى البُعد الروحي وتحصل لهم حالات من النشوة الروحية شبيهة بحالات الوعي التي يختبرها اليوغيون في التأمل العميق. فالتجربة الروحية واحدة بالرغم من اختلاف الوسائل الموصلة إليها.

الله ليس بعيداً عن الإنسان. الإنسان هو الذي يبتعد عمداً عن الله بأفكاره وأفعاله. عندما تبصر نوراً روحيا حقيقياً في التأمل حاول الإمساك به والشعور أنك في داخله: واحدٌ معه. إن الله في قلب ذلك النور.. نور على نور. وعلى قدر الإقتراب من ذلك النور المبارك يكون الإقتراب من الله.

هناك علامة مميزة للنور الإلهي وهي أن رؤيته يصحبها دائماً وأبداً شعورٌ فوري من الغبطة أو الفرح المركّـز يتخلل كل ذرة في كل خلية في كل نسيج من أنسجة الجسم. الشعور بتلك الغبطة ليس شعوراً وهمياً، بل أن البعض يجدون صعوبة في تحمل زخم النشوة الروحية لأن العقل والجسم غير متعودين عليها. تلك النشوة هي الغاية التي ما بعدها غاية، وطوبى لمن تذوّق رحيقها فقد شرب من ينبوع ماء الحياة الحي.

كلما تزايد شعور الشخص بالسلام أثناء التركيز كلما كان التأمل على الله ناجحاً عميقاً. لو أن الوقت المخصص لقراءة الكتب الروحية يُصرف في التأمل لكان التقدم أعظم بكثير من الناحيتين العقلية والروحية. المريدون الجادون يقللون من ساعات النوم ويكرسون ساعات أطول للتأمل، لأن الراحة التي يستمتعون بها في التأمل هي أكثر تنشيطاً وإنعاشاً من النوم بمائة مرة.

ما لم يتمكن الإنسان من قطع الأصوات من وعيه لا يستطيع التوصل إلى الله. لهذا السبب قصد الأنبياء والقديسون خلوات الكهوف والجبال والغابات. الحاجة تمس إلى الغوص في السكون الباطني مراراً وتكراراً بممارسة طرق التركيز والتأمل وسيتم العثور عندها على سلام عظيم وسعادة فائقة. تقول نصوص الحكمة:

إن المتحرر من الرغبات المتجددة والتشوق للمتلكات، إذ يضبط قلبه وعقله (عواطفه وأفكاره) ويقصد مكاناً هادئاً، يجب أن يحاول دوماً التوحد مع الروح الكلي."

كما أن الحاجة تمس إلى ممارسة أكبر للصمت التأملي في أماكن العبادة. يجب التقليل من الكلام والإكثار من التأمل. لقد كان معلمي سري يوكتسوار يلقي علينا إبان تدريبي الروحي في الهند محاضرة واحدة وحسب بين الفينة والأخرى. معظم الوقت كنا نجلس حوله دون كلام وبتركيز عميق.

المرشد الروحي الصادق يمتلك أكثر من معرفة كتب. ومنه يمكن أن نتعلم الحكمة والمعرفة التوحيدية لأنه يعرف ويعرف أنه يعرف لأنه يعرف الحق بذاته ولم يكتف بقراءة الكتب وحسب.

ينقسم الفضاء إلى جزأين أو مظهرين. الخليقة هي أحد جانبي الفضاء، وعلى الجانب الآخر يوجد الله لا غير، ولا وجود للخليقة البتة. ذلك هو عالم الظلام غير المعتم والنور غير المضيء.. فحيث لا تشرق شمسٌ ولا يضيء قمرٌ ولا تتوهج نارٌ هناك مقر الله الدائم الباقي.

وهذه الثنائية تنطبق أيضاً على الوعي البشري. كيان الإنسان له جانبان: أحدهما منظور والآخر غير منظور. بعينين مفتوحتين تبصر الوجود الظاهر وتبصر ذاتك فيه. وبعينين مغمضتين لا تبصر شيئاً سوى فراغ مظلم. ومع ذلك يظل وعيك على درجة كبيرة من الشعور والفعالية. إن تمكنتَ بالتأمل العميق من اختراق الظلمة التي خلف العينين المغمضتين لأبصرتَ النور الذي عنه انبثقت كل الخليقة. وفي حالة النشوة الروحية يتخطى الوعي النورَ الظاهر ويدخل إلى رحاب الوعي الكلي الموجود خلف كل صور الخليقة وأشكالها. ذلك الوعي يفوق كل المدركات الحسية. أما جوهره وغبطته والحالات المقترنة به فمن الصعب إعطاؤها حقها من الوصف الدقيق لأنها تنتمي إلى بُعد روحي نادراً ما يرتاده الناس بالرغم من وجود حقيقته وحقيقة وجوده.

لقد منحنا الله الفرصة كي نختبر في وعينا نفس الطريقة التي تعمل بموجبها النواميس التي تضبط الكون. إن حالة الوعي التي لا شكل لها، والتي يمكن إدراكها بعينين مغمضتين يمكن

مقارنتها بالمنطقة اللانهائية (الظلام غير المعتم) و (النور غير المضيء)، حيث الله موجود بمعزل عن أي من الصور والصفات والثنائيات التي تميّز خليقته المادية. وفي هذا المُنفسَح غير المحدود للأبدية ما وراء الخليقة يوجد الله لوحده في وعي الغبطة أو الفرح المطلق الدائم الوجود والوعي والتجدد. ذلك الوعي يعصى على الوصف ولا يقع تحت مقارنة لأنه لا نظير له على الإطلاق. في ذلك المجال من الأبدية حيث السيادة للمطلق اللانهائي، لا وجود لعوالم أو لمخلوقات على اختلافها. لكن على الجانب الآخر للفضاء يشعر الله بكل شيء.. بكل الخليقة في ذاته.

في اللامنظور يكمن مصنع الأكوان. قال أحد علماء الفضاء إن الفضاء ليبعث على الدهشة، فكل شيء ينبعث عنه ويذوب به. فإلى أين تتلاشى الذرات ومكوناتها والعوالم بأسرها؟!

كلما بدت المادة فتانة وقوية الإغراء أغمضْ عينيك. أنظر في داخلك وتأمل على مصدر الحياة. قد لا ترى شيئا ولا تشعر بشيء، لكن كل الأجرام المنظورة صدرت عن ذلك اللامنظور. (والنور يضيء في الظلمة) (نور السموات والأرض). إن واصلتَ التحديق في الظلام بتركيز هادئ عميق ستعثر على ذلك النور العظيم.. إذ خلف الظلام يكمن الوعي الروحي.. وخلف الظلام تكمن العوالم الأخرى. (في بيت أبي منازل كثيرة) (ولدار الآخرة خير، ولنعمَ دار المتقين.)

العقل الكلي موجود خلف الفضاء مباشرة. ووراء وعي الإنسان يكمن وعي الله. كفى جهلاً بحضوره. يجب أن نخضّ الظلام ونمخضه بالتأمل وأن لا نتوقف حتى نعثر عليه. هناك في المطلق اللانهائي مدركات لا حصر لها ومشاهدات باطنية لا تعد ولا تحصى وحلول لكل مشكلات الحياة.

الحقائق التي أدركتها بالتأمل في داخلي تـُظهر قوانين فسيولوجية يتم اكتشافها علمياً بطرق أخرى. عندما أغمض عينيّ أستطيع مشاهدة تيارات الحياة الشفافة منسابة في جسمي. لا تفكر أنك وحيد في الهدوء الذي تختبره. فالله معك، ولا مبرر

للتفكير بأنه ليس معك. الأثير يغص بالموسيقى التي يتم التقاطها عن طريق أجهزة الإستقبال. وهكذا الحال أيضاً بالنسبة لله. إنه معنا في كل لحظة من وجودنا. ولكن لإدراك حضوره يجب ممارسة التأمل العميق. يجب أن لا نساعد جفوننا على النوم قبل أن نحصل ولو على إشارة ما بأن الله معنا، عندها يمكن أن ننام ملء جفوننا نوماً هنيئاً هادئاً. ويا أيها الراغب المشتاق، أمعن النظر في الظلام إلى أن تكتشف غوامضه العجيبة.

ذات مرة كنت جالساً في مكتبتي حوالي الساعة الرابعة عصراً، وفجأة اختفى نفـَسي وتصلبت أطرافي، ووجدت نفسي أرقب عملية الموت. فالنـَفـَس والحركة فارقا جسدي، ومع ذلك بقيت واعياً. لقد كان اختباراً رائعا. إذ رأيت جسمي وكل الطبيعة كصور كونية متحركة قوامُها النور الإلهي. وهتفت بفرح: "لا يوجد موت يا إلهي! فهذا العالم بأسره ما هو إلا معرض للصور المتحركة ليس أكثر!"

قد يقول الحاكم المتربع على كرسيه أو عرشه: "أنا السيد المطاع.. ليَ تنحني الهامات." لكن دع الموت يناول ذلك السيد المُطاع لكمة واحدة من لكماته القاضية فيصبح أثراً بعد عين.

يا أصدقائي، الملك الحقيقي هو الذي يحب الله ويشعر بحضوره في كل صور الخليقة ويهتم بغيره اهتمامه بنفسه. فحتى الموت لن يسبب له هلعاً أو فزعاُ لأنه يرى به معبراً إلى مملكة الله (خالدين فيها أبدا.)

هناك ثلاث طرق لتوسيع الوعي البشري إلى الوعي الكوني. الطريقة الأولى هي الطريقة الإجتماعية، حيث نطرد الأنانية من نفوسنا ونكون على أتم الإستعداد لمساعدة الناس وخدمة المحتاجين للمساعدة والخدمة. يجب أن نكون مخلصين أوفياء لأصدقائنا وأن نشعر بالمحبة نحو الجميع. لقد منحنا الله أسرة علنا نمدد حدود وعينا بإبداء اهتمامنا الصادق بالآخرين والعمل من أجلهم. إننا نتعلم المحبة والتضحية من أجل أحبائنا في الحياة العائلية ولذلك نحرز بعض التمدد في وعينا. لكن هذا لا يكفي. فالحب الذي يحصر ذاته في دائرة ضيقة يصبح حباً مقيداً

غير قابل للتوسع والامتداد. ومتى أصبح لا شخصياً تكبر دائرته ويتسع محيطه. يجب تغذية هذا النوع من الحب ومحاولة منح الجميع نفس المحبة التي نشعر بها نحو أسرتنا والمقربين إلينا، والعمل في سبيل الآخرين تماماً مثلما نعمل لأنفسنا (إن الله يحب المحسنين). تلك هي الطريقة الإجتماعية لبلوغ الوعي الكوني.. طريقة الخدمة والمحبة.

فالله يحبنا بالتساوي كأسرة كونية كبيرة ويتوقع منا أن نحب بعضنا بعضا. فإن أحببنا شعرنا بالسعادة وإن لم نحبب نعاقب أنفسنا بالتألم والمعاناة.

يجب أن يتغير تفكير العالم. فنحن الكل لأن طبيعتنا الحقة هي شاملة بطبيعتها.

يطيب لي أن أمنح الأشياء للآخرين وأشعر بأعظم سعادة في معاينة فرحهم. عندما نحب الآخرين ونشعر بشعورهم نجد أن الوجود بأسره يتجاوب معنا ويستجيب لنا. الأنبياء والعظماء بيّنوا لنا الطريق لبلوغ الوعي الكوني. هكذا يجب أن نمنح المحبة والخدمة والتعاطف عن طيب خاطر.

صاحب الوعي الكوني هو إنسان سعيد. فهو لا يحصر حبه بفئة قليلة من الناس مستثنياً الكل من دائرة محبته وتعاطفه. وهكذا يجب أن ننظر إلى العالم بأسره كأسرة لنا. هذا الوعي يلازمني دوماً وأحس بأن الكل خاصتي. صاحب الوعي الكوني يحب كل الناس كما يحب إخوته وأخواته وأبويه وأصدقاءه.

الطريقة الثانية للوعي الكوني هي طريقة التهذيب النفسي. يجب أن لا يكون الإنسان ضحية لعدم الإعتدال. لا بأس من الاستمتاع بالأشياء لكن يجب أن لا تتعلق بها القلوب والنفوس. يجب على الراغب في توسيع حدود وعيه أن يكون حراً طليقاً في تفكيره وتصرفه، أنيساً لطيفاً دمثاً، ضابطاً لنفسه متحكماً بأهوائه، متحاشياً الاستعباد للعادات الخاطئة، متصرفاً بحسب معتقداته المستقيمة المبررة أدبياً وأخلاقياً. الضرورة تقتضي امتلاك ضبط النفس والترفع عن الثنائيات من حر وبرد،

وبهجة واكتئاب، وصحة ومرض، من أجل التوصل إلى الوعي الكوني.

يجب أن نتحمل كل شيء دون إثارة أو اضطراب نفسي. فمن لا يقيّد نفسه بحبال هذه الدنيا.. ولا يدع العواطف الجامحة تتقاذفه أو تعبث بسلامه الروحي هو ذو فهم أصيل وحكمة راسخة.)أما الطريقة الثالثة فهي الطريقة الميتافيزيقية. إذ ينبغي أن يحرر الراغب نفسه من قيود الجسد بالتأمل الصحيح حتى يتمكن من استشراف آفاق الوعي العليا وملامسة أبعادها. وهذا لا يتم إلا عن طريق تهدئة دوامة الأفكار التي تضرب بحيرة النفس فتحدث فيها أمواجاً وهياجاً. فمتى سكنت الأفكار الناشزة تهدأ صفحة الماء فتبدو السماء وما فيها معكوسة فيها بصفاء ووضوح.

إن وضعتَ قنينة ماء مسدودة في خزان من الماء فإن محتويات القنينة تبقى منفصلة عن الماء المحيط بها. ولكن إن نزعت السدادة فإن ماء القنينة يمتزج بماء الخزان. وبالمثل، فإن الأناس العاديين يُبعدون الله عن حياتهم لأن وعاء وعيهم مسدود بالجهل. ولكن حالما يتم رفع الغطاء بالتأمل الصحيح يشعر الراغب بسلام الله داخل وخارج الجسد. ومع التأمل المتزايد يزداد السلام وتتجدد الأفراح الروحية.

الله يحيط بالبشر من كل جانب لكنهم لا يشعرون به. ولا يمكن أن يشعروا بحضوره الفعلي في داخلهم ومن حولهم ما لم ينتزعوا سدادة أو غطاء الجهل ويغمروا وعيهم بوعيه القدسي.

إن غرِقَ الإنسان في بحر الرغبات المادية سيختنق. أما إن غرقَ في محيط الله فإنه سيحيا إلى أبد الآباد ودهر الدهور.

ومتى عثرتم على الله أصدقائي ستشعرون برضاء حقيقي ودائم.

الصداقات البشرية قد تنفصم حبالها وتتقطع أوصالها.. لكن الله لن يترككم.

وحتى إن هجركم الجميع وتخلوا عنكم، فما دام الله لكم، كان كل شيء لكم.

والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته.

اليوغا والمدركات العليا

اليوغا هي مجموع طرق علمية لإعادة توحيد النفس البشرية بالذات الإلهية. لقد انبثقنا عن الله ويجب أن نرتقي إليه ثانية. لقد أصبحنا عل ما يبدو منفصلين عنه تعالى ويجب أن نستعيد وحدتنا معه بصورة واعية. اليوغا تعلـّمنا كيف نسمو على وهم الانفصال وندرك وحدتنا مع الله. لقد كتب الشاعر الإنكليزي ملتون عن نفس الإنسان وكيف يمكنها استعادة نعيمها. تلك هي غاية وهدف اليوغا: استعادة فردوس الوعي الروحي المفقود الذي بواسطته يعلم الإنسان أنه كان ولم يزل واحداً مع الروحي الإلهي.

الأسس الحقيقية للدين يجب أن تكون عِلماً يستطيع جميع المريدين تطبيقه من أجل التوصل إلى الله الواحد الأحد. واليوغا هي ذلك العلم.

الحاجة تمس إلى ممارسة علمية للدين. المذاهب المتزمتة المختلفة أبقت الناس منقسمين مع أن البيت الذي ينقسم على ذاته لا يمكن أن يثبت. وهكذا لا يمكن توحيد المذاهب والأديان المختلفة إلا عندما يصبح أتباع وممارسو تلك الأديان على دراية فعلية بالله في باطنهم. عندها سنمتلك إخاءً حقيقياً بين البشر تحت أبوة الله.

إن كل الأديان العالمية العظيمة تقول بضرورة العثور على الله وبأخوّة البشر، مثلما تحتوي تعاليمها على أسس أدبية ومبادئ خلقية. ما الذي إذاً يخلق الفوارق والاختلافات بين تلك الأديان؟ إنه التعصب الأعمى في عقول الناس. لا يمكننا التوصل إلى الله بالتركيز على التزمت المذهبي بل بالمعرفة الفعلية للروح الإلهي. عندما يدرك الناس الحقائق العالمية التي تشكل

الأسس الجوهرية للأديان المتعددة ستزول كل المصاعب المتصلة بالتعصب الديني. كل الناس أهلي وأحبتي ولذلك أعبد الله في كل المعابد التي شيّدت إكراماً لوجهه الكريم.

يجب أن نشرع في بناء وحدة عالمية على غرار الفكرة التي أطلقتها جماعة معرفة الذات (معبد كل الأديان)، احتراماً لكل الأديان التي تدعو إلى عبادة الله وتأخذ المريدين إليه. مثل هذه المعابد المكرّسة لله الواحد الأحد الذي تعبده كل الأديان يجب بناؤها في كل مكان، وأتنبأ بحدوث ذلك مستقبلاً. يجب على أبناء الشرق والغرب أن يقصوا للأبد – ويقضوا على – الحواجز الضيقة المصطنعة في بيوت الله. وإذ يحصل الناس على معرفة الذات بواسطة اليوغا، سيدركون أنهم جميعهم أحباء الله ومصطفوه.

إن ذلك الإتحاد الروحي ظاهرٌ في العظماء ذوي معرفة الذات. لا يستطيع الأعمى أن يقود الأعمى. فقط المعلم الروحي العارف بالله يمكنه بحق أن ينقل المعرفة الإلهية للآخرين. ولكي يستعيد المرء إلوهيته ينبغي أن يكون لديه مثل ذلك المعلم المستنير. إن الذي يتبع معلماً أو مرشداً روحياً صادقا يصبح مثله لأن مثل ذلك المتنور يعمل على رفع مستوى التلميذ إلى مستوى معرفته الذاتية. عندما عثرت على معلمي الجليل حتمت وصممت على التشبه به من كل ناحية: كي أضع الله وحده على عرش قلبي وأقاسم الآخرين نعيمه.

يقول الحكماء أنه من أجل الحصول على أعمق معرفة يجب أن يركز الشخص نظرته ويحصر انتباهه في العين الروحية الكلية المعرفة.

في التركيز العميق يقطـّب – حتى غير اليوغي – جبينه بين الحاجبين. هذه النقطة بالذات هي مركز التركيز وموضع العين الروحية ذات الشكل الدائري وهي أيضاً نافذة البصيرة الروحية. تلك هي "الكرة البلـّورية" الحقيقية التي بها يحدّق اليوغي كي يعرف أسرار الكون. إن الذين يبلغون عمقاً كافياً في تركيزهم سيتمكنون من النفاذ من تلك العين "الثالثة" وسيبصرون الله.

لذلك على الباحثين عن الحقيقة أن ينمـّوا قدرة إطلاق وعيهم وإدراكهم عبر العين الثالثة. ممارسة اليوغا تساعد المريد على فتح العين الوحيدة للوعي البديهي.

البصيرة أو المعرفة المباشرة لا تعتمد على أي معلومات من الحواس. لهذا غالبا ما تدعى الملكة الحدسية (الحاسة السادسة). كل واحد يمتلك هذه الحاسة السادسة، لكن معظم الناس لا يعملون على تنميتها. ومع ذلك فكل واحد تقريباً قد حصل على تجربة حدسية. فربما انتابه شعور أن شيئا ما على وشك الحدوث فيحدث ذلك الشيء بالرغم من عدم توفر أي دلائل حسية تشير إليه.

من الأهمية تنمية البصيرة أو المعرفة الذاتية المباشرة، لأن العارف بالله واثق من نفسه. فهو يعرف ويعرف أنه يعرف. يجب أن نتأكد من حضور الله مثل تأكدنا من معرفة نكهة التين أو العنب. لم آخذ على عاتقي مهمة تعريف الآخرين على الله إلا بعدما بيّن لي معلمي طريقة التوافق التام مع الله، وبعدما لمست حضوره وأدركت وجوده في كياني.

لقد اهتم الغرب – ولم يزل – ببناء كنائس وكاتدرائيات كبيرة للعبادة، ولكن تلك الصروح الضخمة والفخمة قلما تساعد الباحثين عن الله في العثور عليه. في الشرق التركيز منصبٌ على صنع رجال عارفين بالله. لكن هؤلاء المستنيرين ليسوا دائما في متناول الباحثين الروحيين، كونهم يظلون في خلوات بعيدة ومنعزلة. لذلك الضرورة تمس للمراكز الروحية، بحيث يستطيع الناس الإحساس بالحضور الإلهي، ويمكن للمعلمين المتنورين مساعدة الناس في ذلك. كيف يمكن للشخص أن يحصل على معرفة إلهية من معلم لا يعرف الله؟ لقد أقنعني معلمي بضرورة معرفة الله قبل محاولة التحدث عنه للآخرين، وإن قلبي ليملؤه الامتنان والعرفان بالجميل لحصولي على تدريبه. حقاً لقد كان متحداً بالله!

يجب أن يتم إدراك الله أولاً في الهيكل الجسدي، وينبغي لكل باحث أن يهذب أفكاره يوميا، وأن يضع على مذبح روحه

الزهور البريئة العاطرة لمحبته القدسية الخالصة. من يعثر على الله في باطنه سيدرك حضوره أيضا ً في كل معبد وكنيسة وجامع ومزار ومجلس يدخله.

اليوغا تحوّل اللاهوت النظري إلى تجربة عملية

محبة الله القلبية معناها سحب الإنسان فكره من الحواس وتقديمه لله. فتركيز الشخص بكامله يجب تقديمه لله في التأمل. كل باحث عن الله يجب أن يتعلم تركيز الذهن. إن صلاة يتلفظ بها الشخص بينما يفكر في نفس الوقت بأشياء أخرى في عقله هي صلاة غير صادقة وليست مقبولة عند الله. معلمو اليوغا يقولون أنه من أجل العثور على الله يجب البحث عنه أولا ً بكامل العقل وبتركيز كلي للفكر.

يقول البعض أن الهنود مؤهلون أكثر من سواهم لممارسة اليوغا، وأن اليوغا لا تلائم الجميع. هذا غير صحيح، فالكثير من الناس هم الآن في وضع يسمح لهم بممارسة اليوغا أكثر من الهنود، لأن ضروب التقدم العلمي قد وفـّرت للبشر فسحة كبيرة من أوقات الفراغ. الشرق بحاجة لاستخدام المزيد من تقنيات الغرب المتطورة بغية جعل الحياة أكثر سهولة وتفرّغا ً، ويجب أن يأخذ الغرب عن الشرق الطرق الميتافيزيقية العملية لليوغا بحيث يمكن لكل واحد العثور على طريقه إلى الله. اليوغا ليست شيعة من الشيع، لكنها علم عالمي وعملي قابل للتطبيق وبواسطته يمكننا العثور على الله.

اليوغا هي للجميع: للغربيين وللشرقيين على السواء. لا يمكن القول أن الهاتف (التليفون) هو ليس للشرق لأنه اختـُرع في الغرب. وبالمثل فإن أساليب اليوغا التي تم استنباطها في الشرق هي ليست للشرق حصرا ً ولكنها لفائدة كل البشر.

سواء كان الإنسان مولودا ً في الهند أو في أي مكان آخر من العالم سيموت يوما ما. ولكن بإمكان الإنسان الفناء يومياً في الله ولو للحظات معدودات. اليوغا تمنح الطريقة وتمنح القدرة على ذلك أيضا ً.

يعيش الإنسان في الجسد كالسجين في الأسر، وعند انقضاء مدته يعاني عار الطرد من جسده. إن محبة الجسد هي ليست أكثر من محبة السجن. وبما أننا تعودنا على العيش في القفص الجسدي فقد نسينا معنى الحرية الحقيقية. لا مبرر لعدم بحث الإنسان عن الحرية. إن اكتشاف المرء لنفسه ومعرفة طبيعته الخالدة هو أمر حيوي لكل إنسان. اليوغا تبيّن معالم الطريق.

النفس ينبغي أن تصعد ثانية إلى الله

قبل أن يوجد الكون كان الوعي الكلي موجوداً. وما هو الوعي الكلي أو الكوني؟ إنه الروح المطلق أو الله اللامتناهي وغير المحدود، الدائم الوجود والوعي والغبطة المتجددة طوال الأبد، المحتجب خلف كل الصور والأشكال والظواهر الكونية. عندما أتت الخليقة إلى الوجود حلّ الوعي الكوني في الكون المادي حيث ظهر بصورة الوعي الروحي الذي هو الانعكاس النقي لعقل الله ووعيه الحال والمستتر في كل الخليقة. وعندما تحدّر الوعي الروحي إلى الجسم المادي للإنسان أصبح نفساً أو وعياً سامياً: غبطة إلهية دائمة الوجود والوعي والتجدد، موجودة بصورة فردية داخل الهيكل الجسدي. عندما ترتبط نفس الإنسان مع الجسد تظهر بصورة الوعي الذاتي أو الأنا. اليوغا تقول بوجوب ارتقاء النفس لسلم الوعي بغية التوصل إلى الروح الإلهي.

سر السعادة: الإحساس بالحضور الإلهي

لا بأس من التمتع بالحياة، والسعادة تكمن في عدم التعلق بأي شيء. استمتع بعبير الزهرة، ولكن حاول أن ترى الله فيها. لقد احتفظت بوعي الحواس علني باستخدامها أستطيع التفكير بالله دوماً والإحساس بحضوره في قلبي. "عيناي خلقتا لتبصرا جمالك في كل مكان يا رب. وأذناي كوّنتا لسماع صوتك الكلي الوجود." تلك هي اليوغا: الإتحاد بالله. لا ضرورة للذهاب إلى الغابة من أجل العثور عليه. العادات الدنيوية ستقيّدنا حيثما كنا إلى أن نحرر أنفسنا منها. اليوغي يعرف كيف يعثر على الله في كهف قلبه. فحيثما يذهب يحمل معه الوعي المغبوط للحضور الإلهي.

ولم ينحدر الإنسان إلى وعي الحس البشري وحسب، لكنه أصبح مقيّداً بالحالات الشاذة للوعي الحسي كالشره والغضب والحسد. يجب أن يتخلص الإنسان من هذه الشوائب والشواذ حتى يتمكن من العثور على الله. الشرقيون والغربيون يجب أن يتحرروا من العبودية الحسية. قد يغضب الشخص العادي لأنه لم تـُقدم له القهوة، ولأنه متأكد من أن هذا الحرمان سيسبب له صداعاً! اليوغي المستكمَل هو إنسان متحرر.

كل واحد باستطاعته أن يكون يوغياً حيثما هو موجود الآن. لكننا نميل للاعتقاد أن كل ما يقع ما وراء أفق حياتنا العادية وعاداتنا هو غريب وصعب التحقيق.

ممارسة اليوغا تمنح الحرية. بعض اليوغيين يتطرفون بممارسة عدم التعلق والتقشف. فهم يقولون أنه ينبغي للشخص أن ينام على سرير من المسامير دون مضايقة، ويلقـّـنون ضروباً أخرى من التهذيب الجسدي ما أنزل بها من سلطان. صحيح أن الذي يستطيع الجلوس على سرير من المسامير ومع ذلك يفكـّر بالله يبرهن عن امتلاك قوة نفسية جبّارة. ولكن لا ضرورة لمثل هذه الأعمال الخارقة، إذ بإمكان الشخص أن يجلس على كرسي أو فراش مريح ويتأمل على الله.

يقول قطب اليوغا باتنجالي أن أي وضع جسدي يمكن الاحتفاظ معه بالعمود الفقري منتصباً هو صالح للتأمل أي التركيز اليوغي على الله. ليس من الضروري ممارسة الالتواءات الجسدية بغية تطبيق تمارين تتطلب احتمالا جسديا ومرونة غير عادية كتمارين (هاثا يوغا). الله هو الغاية والإحساس بحضوره هو ما ينبغي أن نصبو إليه ونعمل على تحقيقه. تقول البهاغافاد غيتا: "إن الذي يستغرق بالله استغراقاً تاماً ويغمر كيانه به، هو الأكثر اتزاناً على الإطلاق."

لقد أثبت اليوغيون الهنود عدم تأثرهم إطلاقاً بالبرد والحر الشديدين أو بلدغ البعوض والحشرات المضايقة. هذه البراهين ليست مطلباً أولياً لكي يصبح الشخص يوغيا، لكنها استحقاقات طبيعية للممارس الضليع. حاول التخلص من العناصر المزعجة أو

احتملها إذا كان ذلك ضروريا ً، دون أن تتضايق منها نفسيا ً. إن استطاع الشخص أن يكون نظيفا ً فلا حاجة له أن يكون متسخا ً. قد يتعلق المرء بالعيش في كوخ صغير تعلـّقه بالعيش في قصر كبير. العامل الأكبر في تحقيق النجاح الروحي هو الاجتهاد والاستمرارية. حقاً أن المحصول كثير ولكن الراغبين في جنيه قليلون! الدنيويون يطلبون عطايا الله وهباته، لكن الحكيم يطلب المانح ذاته.

من يرغب في أن يصبح يوغيا يجب أن يتأمل. اليوغي لدى استيقاظه صباحا ً لا يفكر أولا بالطعام لإعالة جسده، بل يقدّم لروحه رحيق الوصال الإلهي. وإذ يمتلئ بإلهام التأمل العميق، يستطيع إنجاز كل واجباته اليومية بفرح واستبشار. لقد خلق الله هذه الأرض كما هي عن قصد. إن خطته تقضي بأن يعمل الإنسان على تحسين العالم. الإنسان الغربي يميل إلى التطرف بالانهماك الدائم في تحصيل وسائل الراحة المادية الجديدة والمحسّـنة. والإنسان الشرقي يميل إلى التطرف بالقناعة بما لديه. هناك شيء مستحب في الروح الغربية الدافعة والروح الشرقية المتأنية، ويجب أن نختط طريقا ً وسطا ً بين الاثنين.

التأمل يصنع اليوغي

للعثور على الله يجب أن يتأمل الشخص كل صباح ومساء، وكلما وجد متسعا ً من الوقت أثناء النهار ما أمكن إلى ذلك سبيلا. بالإضافة إلى ذلك من المهم أن يتأمل الراغب المريد لبضعة ساعات في يوم من أيام الأسبوع. هذا ليس غير معقول. بعض الناس يمارسون هواياتهم لساعات كل يوم من دون كلل أو ملل. فمن يرغب في أن يصبح ضليعا ً في الروحيات يجب أن يخصص وقتا ً أكبر لله. يجب أن نـُشعِر الله بأننا نحبه أكثر من أي شيء آخر. عندما يبرع الإنسان في ممارسة التأمل ويصبح قادرا ً على التعمق في الوعي السامي، لن يحتاج إذ ذاك لأكثر من خمس ساعات نوم في اليوم. يستطيع الشخص استخدام بعض ساعات الليل والصباح الباكر وأيام العطل في استبطان الذات والتأمل على الله. وبهذه الطريقة يستطيع أي واحد، حتى أكثر

الناس ارتباطاً وانشغالاً في أن يصبح يوغيا – إن هو رغب بذلك - دون الحاجة إلى لبس العمامة أو إطلاق الشعر.

بيوت العبادة هي الخلايا والعسل هو المعرفة اليقينية بأن ذات الإنسان هي روح وأنها واحد مع الله. صحيح أن الله حاضر في كل أماكن العبادة ولكن مجرد الذهاب إلى تلك الأماكن المقدسة لا يكفي لإقناع الله بإظهار ذاته. التردد على أماكن العبادة حسن، ولكن التأمل اليومي هو أفضل، وينبغي القيام بالاثنين معا لأنه بالذهاب إلى أماكن العبادة يحصل الشخص حتما على الإلهام، وبالتأمل اليومي يحصل على تقدّم روحي أكبر. عندما يكون قلب المريد ملتهباً حماساً، وعندما يطلق الدعاء تلو الآخر يستجيب الله لندائه.

ذلك الإخلاص المتواصل ضروري للعثور عليه. فلكي يكون الشخص يوغيا، ويماشي في نفس الوقت روح ومتطلبات العصر، ينبغي أن يتأمل في البيت وأن يهذب نفسه، وأن ينجز كل واجباته محبة بالله وخدمة له. إن رغبتي العظمى هي تشييد معابد لله في نفوس البشر، ومشاهدة ابتسامة الله المشرقة على وجوه الناس. إن أعظم إنجازات الحياة هي أن يكرّس الإنسان معبداً لله في روحه. هذا يمكن فعله بسهولة، ولهذه الغاية بالذات أتت معرفة الذات إلى العالم. إن كل من نصّب الله على عرش روحه هو يوغي ويستطيع القول معي بأن اليوغا هي للشرق، للشمال، للجنوب، وللغرب. إنها لكل الناس دون استثناء. الطرق اللاهوتية هي طرق فرعية وطريق اليوغا هو الطريق السريع الذي يفضي إلى قصر النعيم الإلهي الذي من يصل إليه مرة واحدة لن يخرج بعدها أبداً.

والسلام عليكم.

بذور روحية

علمني يا رب كي أكون شجاعاً مقداماً بعزيمة وإصرار مع مراعاة الحيطة والاحتراس.

الله في قلبي ومن حولي، يحرسني ويرعاني.. لذلك سأبدد ظلمة الخوف التي تحجب نوره الهادي عني وتجعلني أتعثر في دياجير الأخطاء.

***

إننا نصبح كالذين نجالسهم ونختلط بهم، ليس فقط عن طريق محادثتهم والتفاعل معهم، بل بواسطة الاهتزازات المغناطيسية غير المنظورة التي تنبعث عنهم، وعندما ندخل مجالهم المغناطيسي فإننا نتأثر بمغناطيستهم بصورة لا شعورية. لذلك من المهم جداً بالنسبة للراغبين في التقدم روحياً مصاحبة [والتواصل مع] ذوي الميول الروحية كي يتشجعوا ويحافظوا على حماستهم ويغذوا أشواقهم لله.

***

ذوو البصائر النيّرة يجمعون ورود الحقيقة ويعملون على تنوير النفوس وتجميلها بالمزايا النبيلة من أجل دخول فردوس الحكمة.

***

إن حبك يا رب يغني عن كل شيء.

***

مع أن الحب الكوني يطل من النوافذ الصغيرة للحب البشري المتعدد الأشكال، إنما في اللحظة التي تظن أنك أبصرته، ينتقل ويواصل الانتقال إلى أن تتمكن من رؤية كيانه الكلي من خلال نافذة وعيك الكوني.

***

من الأفضل أن نجلس معاً ونناقش آراءنا بأذهان منفتحة واحترام متبادل، متذكرين أن الفهماء لا يتخاصمون بل يتناقشون بروية وتعقل.

***

يجب أن يدرب الشخص نفسه وأفراد أسرته على عدم اغتياب الآخرين أو التحدث عن عيوبهم بل يركز على تقويم نفسه وتصحيح أخطائه. ويجب ألا نكره الآخرين لأنهم يختلفون عنا، أو

لأن آراءهم تختلف عن آرائنا وألا نصرّ على أن قناعاتنا هي الأصوب.

***

يا نبع المحبة، دعنا نشعر بأن قلوبنا يغمرها ويروي ظمأها فيض حبك دائم الجريان.

***

يجب أن يتعلم الشخص الإصغاء أكثر من الكلام، والجلوس بهدوء، والاستمتاع بصحبة الآخرين.

***

عندما تقوم بتركيز أشعة الشمس من خلال عدسة مكبّرة على نقطة صغيرة فإنها تنتج حرارة، وتلك الحرارة يمكنها إشعال الخشب والقماش والورق وغيرها..

وبالمثل، عندما تركز العقل تركيزاً دقيقاً يمكن لطاقته المركزة أن تحرق شرور وشروش الشك علة كل فشل وتجعل نور الحكمة يسطع بوهج وتألق.

عندما يتناغم الفكر مع الله منبع كل الخيرات ومصدر كل القوى المباركة يصبح على دراية بالحضور الإلهي ويمتلك كل مقومات النجاح. تلك المقومات هي وثيقة الصلة بقوة الله الجبارة القادرة على خلق أسباب وفرص جديدة للنجاح في أي مضمار.

***

عندما تتساقط قذائف الآلام والحيرة من حولي، دعني يا رب أشعر بأنني آمن مطمئن في حصن حضورك الواقي المنيع الذي لا يُقحم.

***

المحبة هي ترنيمة القلب التي تنشدها الروح لله.

***

إن عطشي المزمن لا يرويه سوى لمستك المباركة لنفسي الملتهبة شوقاً إليك. لقد توقفت عاصفة القنوط، وهمدت رياح اليأس، ورطبت قطرات سلامك كل ذرة من كياني فامتلأ قلبي بالرضا ورحت أشدو وأترنم باسمك المبارك.

اجعلني يا إلهي طائر الجنة الذي لا يستعذب الشرب إلا من ينابيعك الشافية المتدفقة من سماوات حضورك الأقدس في كل مكان.

***

تأتي الحقيقة أول ما تأتي إلى وعينا كقطرات الندى الرقيقة الصافية [على أوراق الورد].

مهما كان دورك صغيراً ومتواضعاً في مسرحية الحياة فإن أهميته تعادل أهمية أكبر الأدوار من حيث المساهمة في إنجاح المسرحية.

***

دعني أنظر يا إلهي إلى قوانين الفضيلة ليس بهلع وتوجس بل بارتياح ومحبة. ودعني أتذكر بأن الفضيلة التي قد يكون من الصعب الالتزام بمبادئها في البداية، لكن لدى الامتثال لقوانينها تضع في نهاية المطاف إكليل السعادة والرضا على هامتي.

وساعدني يا رب كي لا أنسى بأن الشر الذي يقطع وعوداً ببعض الملذات والمتع في البداية يجلب في أعقابه الكثير من الحزن والابتئاس.

***

يتعين توسيع الحب البشري وتمديده باتجاه الحب الإلهي.

الحب الإلهي يحاول التعبير عن ذاته في النفوس البشرية من خلال القنوات والتعبيرات المتنوعة للحب الزوجي والأبوي ومحبة الأصدقاء لبعضهم.

العلاقات المتعددة والمتنوعة في العائلات والمجتمع... هي دوافع ضرورية لتنقية الحب البشري من الشوائب وتحويله إلى حب روحي نقي.

توكيدات:

مع إطلالة فجر كل يوم سأنفح كل من أقابله بأمواج سروري.

سأكون شعاع شمس عقلياً لكل من يعبر طريقي.

سأضيء شموعاً من الابتسامات في قلوب الحزانى والبائسين.

***

ما كُتب علينا العيش في وحشة الأماني العقيمة وتعاسة الآمال الذاوية. ساعدنا يا رب كي نقطّع القيود المكبلة ونشق طريقنا بهمة وقّادة لا تعرف الكلل، عبر براري المحدوديات، إلى الأرض الجديدة السعيدة.

***

دعني يا رب أشعر بقربك وأحس بحضورك في صميم مشاعري، ولأدرك أن حكمتك النورانية تسند فهمي، وأن حياتي هي مظهر من مظاهر حياتك الوحيدة الفريدة.

***

القسوة هي مرض روحي، ومن ينغمس في التصرفات أو المشاعر القاسية يجلب لنفسه التعاسة ويلحق الضرر بجهازه العصبي.

***

القلب هو مركز الشعور ويجب ألا يتلاعب الشخص بقلب شخص آخر.

***

الله هو ثروتي الحقيقية وأنا غني به.

***

الطبيعة التوافقية في كلمات:

الإنضباط الذاتي.

محبة الآخر.

الرفق بالحيوان.

محبة المزايا الطيبة.

محبة السكينة والهدوء.

محبة العظماء.

العطف على الفقراء والمحتاجين ومساعدتهم.

الصدق التلقائي بغض النظر عن التبعات.

أداء الواجب حباً بالواجب واحتراماً له.

محبة الصلاح و الإصلاح.

التمتع بالحس الأدبي وعمل ما ينبغي عمله.

احترام الذات.

الإحتشام.

الرقة.
الوفاء.
النخوة.
الصبر.
التسامح.
ترسّم خطى النفوس العظيمة والعقول النيرة.
الصراحة.
اللياقة.
اللطف
البساطة والوضوح.
الإتزان.
الأحاسيس الروحية.
القناعة.
محبة النظافة الجسدية والنقاء الفكري.
التواضع والبعد عن الغرور.
حب الخير.
الإنصاف.
حفظ الجميل لأصحابه.
احترام المقدسات.
من كتيب: خارطة سيكولوجية Psychological Chart
***
الإحساسات الروحية يمكن اختبارها بتدريب العقل كي يستمتع بمحاسن الأفكار الجميلة في المملكة المحتجبة داخل الإنسان.
يا رب، إن محبتك المتدفقة من القلوب البشرية قد أغرتني كي أبحث عن منبع الحب النقي بك.
في سكينة روحي أسجد بتواضع أمام وجودك الكلي، مدركاً أنك تأخذ بيدي على الدوام على دروب معرفة الذات.
سأبحث عنك يا إلهي حتى أعثر عليك، وإذ أعثر عليك سأتقبل بامتنان كل ما تغدقه وتسبغه عليّ من نعم وخيرات.
في خلوة أفكاري أحنّ يا رب لسماع صوتك. أبعد عني كوابيس الأصوات الخشنة التي ما زالت متوارية في طيات

ذاكرتي. أريد الإصغاء لصوتك الهادىء والشادي على الدوام في سكينة روحي.

***

لتنهمر يا رب أمطار رحمتك على نفوسنا ولتغسل أوحال الجهل الملتصقة بها علها تسترد نقاءها وشفافيتها وتشرق بنورك الرباني.

***

سواء في كهوف الجبال أو وسط الشوارع المزدحمة، أو في أدغال الحياة العصرية.. وحيثما ذهبنا وأنى توجهنا، شرقاً وغرباً، شمالاً وجنوباً وفي كل مكان، دعنا يا رب نحس بقربك كي تطمئن قلوبنا لحضورك الواقي.

***

فلنتشبه بالزهور والورود ولننثر بتلات الرقة واللطف عندما يساء فهمنا، إذ بضبط النفس والتصرف السليم سندرك بأننا جزء لا يتجزأ من الخير الأعظم.

***

اشرب حتى الإرتواء من مياه السلام المتدفقة من ينابيع الظروف الحسنة ومن تصميمك على امتلاك النظرة الإيجابية واتخاذ المواقف البناءة.

لا تبحث عن السعادة فقط في الثياب الأنيقة والطعام اللذيذ والأثاث الفاخر والترف والتنعّم، لأن هذه الأمور ستأسر سعادتك خلف المظاهر الخارجية، بل حلّق بطائرة خيالك فوق مملكة الأفكار اللا محدودة.

***

في الحقيقة ما من أحدٍ إلا ويعاني، إلى حد ما، من مشكلة الغضب، ما لم يكن قد بلغ مرحلة متطورة من الوعي.. مرحلة النشوة الروحية أو حالة النفس المطمئنة.

الغضب – بغض النظر عن شكله – ينجم عن عدم القدرة على تحقيق رغبة ما. ففي غياب الفرح الباطني النابع من تواصل النفس مع مصدرها الإلهي، يحاول الإنسان تحقيق رغباته عن طريق المتع الحسية التي هي في الأصل غير ممتعة بالنظر إلى عدم ديمومتها وتبعاتها غير الصحية في كثير من الأحيان.

تلك الرغبات غالباً ما تولّد الإحباط ثم الغضب الذي يقود إلى تدمير الوعي الروحي.

إن أنجع طريقة للتغلب على الغضب هي التعامل مع جذوره المتمثلة في الرغبات. فكلما ازدادت الرغبات كلما تضاعفت الإحباطات.

مستحيل تحقيق كل الرغبات لأن المشتهيات لا ترتوي ولا تقف عند حد. وكلما عملنا على تحقيق رغبة ما كلما زاد تعلقنا بها، وكلما كان تعلقنا قوياً كلما زاد تألمنا لحرماننا من التوصل إلى كل ما من شأنه تحقيق مشتهياتنا وإشباع رغباتنا.

***

النجاح وبحبوحة العيش وشفاء الأمراض المستعصية والتحكم بالعادات.. كل هذه يمكن بلوغها وتحقيقها.

إن كنت قد استهلكت كافة الأساليب والجهود المادية ووجدتها غير مجدية، افتح الباب الداخلي وستتدفق القوة الروحية وتطرد كل ضعف وفشل وإحباط.

إن التمست عون الله في التأمل والتركيز الهادئ العميق فستكتشف خزاناً لا ينضب من القوة الروحية.

الله ليس محابياً ويستجيب لكل من يلتمس عونه بإخلاص.

عندما عثرتُ على الله في داخلي وجدته في كل مكان.

لقد امتلكتُ حنيناً عارماً له منذ نعومة أظفاري، وذات مرة عندما كنت طفلاً صغيراً حررت له رسالة.. نعم كتبت رسالة إلى الله وعنونتها على النحو التالي:

"إلى الله في السماء" ووضعتها في صندوق البريد.

عندما نكتب إلى أحدهم فإننا نتوقع جواباً، وعندما لم أحصل على الجواب ذرفت دموعاً غزيرة، لكن الجواب أتاني أخيراً ليس من خلال كلمات مطبوعة على الورق، بل في رؤية نورانية مدهشة.

كل واحد يمكنه الحصول على استجابة من الله إن كانت المحاولة جادة والمجهود متواصلاً.

إن وجّهت أسئلتك إلى الله وغلفتها بإحساس عميق وبعثتها ببريد التأمل، فبصدق وبكل تأكيد ستحصل على الجواب.

***

السلام ينبثق عن النفس وهو البيئة الداخلية المباركة التي تتفتح وتزهر فيها السعادة.

***

الإنسان يتقبل الكثير من الأفكار الوهمية للمحدوديات دون تساؤل جدّي وبذلك يسمح لتلك الأفكار بالتحكم في حياته ومصيره. المفكرون لا يقبلون بواقع الحال بسهولة، بل يبذلون قصارى جهدهم لتغييره، وهذا بالضبط ما يجعل التقدم ممكناً.

***

المفكرون يتأملون ما حولهم فيدهشهم ما يرونه. إنهم يمعنون النظر ويتساءلون عن سبب حدوث الأشياء أو عدم حدوثها بكيفية معينة.

***

بالإضافة إلى الأكل والنوم والعمل يُتوقع من الإنسان أن يحصل على شيء ذي بال من هذه الحياة.

***

يجب القضاء على الأنانية، وبالإمكان القضاء عليها عندما يصبح الإنسان محباً للإيثار. ويجب أن نهتم بالآخرين، وأفضل طريقة لتعليمهم هي من خلال القدوة الحسنة.

من الصعب امتلاك البحبوحة ورخاء العيش في عصر الأنانية والطمع. عندما يمكننا القول "خيرات الله هي لي ولك أيضاً" سيتحسن هذا العالم.

***

عندما نسير في شوارع المدينة نجد أنفسنا محاصرين بالجدران، ولكن عندما نستقل طائرةً تختفي كل الحواجز ونبصر اتساعاً غير مجزأ. وبالمثل، عندما نسير في مدينة التقوقع وضيق الأفق نشعر أننا مقيدون بأفكار دوغماتية ضيقة ومحدودة. ولكن عندما نستقل طائرة الانفتاح ورحابة الأفق نبصر فضاءً غير محدود من الأخوة والمحبة الإنسانية.

***

الشخص المنزلق على دروب الشر الشديدة الإنحدار لا يشعر بأية مقاومة، ولكن حالما يحاول الوقوف في وجه العادات الضارة والميول الخاطئة باعتماد القوانين الروحية لضبط النفس

يجد أن مغريات لا حصر لها قد تيقظت لمحاربة جهوده وإحباط مساعيه النبيلة.

***

في بعض الأحيان تكون الأفكار أكثر فعالية من الكلام. العقل البشري هو أقوى جهاز إرسال واستقبال على الإطلاق. فإن قمتَ على نحو متواصل ببث الأفكار الإيجابية وشحنها بطاقة المحبة، ستترك تلك الأفكار أثراً طيباً على الآخرين. وبالمثل، إن أطلقتَ أفكاراً مشحونة بالحسد أو الكراهية، فإن الآخرين سيستقبلون تلك الأفكار ويردون عليها بأفكار مماثلة.

أطلب من الله كي يدعم جهودك بقوته وبركاته. إن كان الدعاء صادقاً والنوايا سليمة سيحصل التغير المطلوب بعون الله.

***

لقد تلاشت أصداء العام المنصرم بما فيها من أحزان وضحكات، وها صدى أنشودة العام الجديد يشدو مشجّعا ً، مبشّرا ً بالأمل، وهامسا ً:

" صُغ حياتك من جديد بصورة مثالية.. اهجرِ الأعشاب الضارة للمخاوف القديمة.. ومن حديقة الماضي المهجورة استجمع وادّخر فقط بذور الأفراح والتحصيلات والآمال والأفكار والأفعال الطيبة والرغبات السامية النبيلة.

وفي التربة الندية لكل يوم جديد ازرعِ تلك البذور الجبارة واسقها واعتنِ بها حتى تنمو وتعبق حياتك بمزايا التفتح النادرة.

العام الجديد يهمس:

"يقّظ الروح أسيرة العادات واستحثها للقيام بجهود نافعة جديدة. لا تكف عن المحاولة ولا تسترح قبل بلوغ الحرية الأبدية والتفوق على الكارما {نتائج الأعمال السابقة الدائمة المطاردة والتعقـّب}.

وبفكر منتعش ومنتشٍ بالسرور الدائم التجدد، فلنفرحْ معا ولنسرْ يداً بيد قاصدين البيت السماوي حيث لن نخرج بعدها خارجاً.

***

الغضب وذاكرة الفيل

على الراغبين في السلام الذاتي فهم الطريقة التي يتولد فيها الغضب ويتسبب في كثير من الأحيان بعواقب وخيمة.

ونظراً لفقدان التوازن الداخلي بفعل الغضب فقد تحول العديدُ من البشر ضد إرادتهم إلى مجرمين وسفاكي دماء.

إعاقة الشهوات تعمي الفكر.. وعندما يسيطر ضباب الشهوات على فكر الإنسان فإنه يفقد رشده ويتصرف تصرفاً لا يليق بالمقام الإنساني النبيل.

فقدان الرشد يربك التمييز الفطري الذي هو القوة الدافعة وراء كل عمل سليم ونية طيبة.

عندما تتعطل عجلة القيادة في سيارة الإنسان العقلية فإنه لا محالة سيتعرض لحادث وقد يجد نفسه في خندق التألم والشقاء.

مثال على ذلك: يكون الزوج سائقاً السيارة بفرح، وفي الطريق نحو المنتزه تطلب منه زوجته أن يغير الإتجاه للذهاب إلى بيت أهلها بدلاً من المنتزه، وهنا ينقلب فرحه غضباً.

لقد انتقيت هذا المثال لأنه شائع الحدوث. في الحالات العادية تكون النتيجة إما رفض الزوج لطلب زوجته أو موافقته بحنق واستياء، وهذا ما يحدث على العموم.. وفي كلتا الحالتين يكون الغضب قد أصبح سيد الموقف فيتعكر الجو ويتكدر الصفاء.

في بعض الحالات يتحول الغضب بالنسبة لذوي المزاج العنيف إلى مأساة، وقد يؤثر الغضب على الذاكرة أو قد ينسى السائق القيادة بحذر وانتباه، أو قد يغفل مراعاة إشارات المرور، والنتيجة حادث اصطدام أو وفاة لا قدر الله.

واستنتاجاً، الغضب يقفل مقود الإرادة في عربة الحياة ويعيقها عن بلوغ غايتها المادية والروحية.

ذاكرة الفيل:

القوة المدعوة "ذاكرة" موهوبة للإنسان من الله، ويا لها من نعمة كبيرة! والذاكرة مُنحت للحيوانات أيضاً، إذ لولاها لتعذر عليها التعرّف على صغارها. بعض الحيوانات يتمتع بذاكرة جيدة كما تبيّن القصة التالية عن أحد الفيلة.

بينما كان فيل ضخم ينقل الأخشاب كما يفعل الكثير من الفيلة المدربة في الشرق، اقترب منه غلام ووخزه بإبرة على خرطومه وولى هارباً.

مرّ عام على هذه الحادثة، والتقى نفس الفيل بنفس الغلام في الطريق، وكانت فرصة سانحة بالنسبة للفيل كي يأخذ بثأره. فما كان منه إلا أن لفّ خرطومه حول الغلام وقذفه بعنف إلى الجانب الآخر من الطريق.. إذاً الحيوانات تمتلك ذاكرة.

***

عندما يُشحن القلب بحب الله وتمتلئ العيون بنوره تصبح المغناطيسية ذات طبيعة روحية. هناك فرق كبير بين المغناطيسية الروحية ذات التأثير السامي والمغناطيسية الحيوانية المدفوعة بالأهواء والغرائز. المغناطيسية الروحية قائمة على الإيثار ومنفعة الآخر والمغناطيسية الحيوانية مدفوعة بالأنانية واستغلال الآخر.

***

بإمكان الإنسان أن يوحي لذاته إيحاءاتٍ إيجابية ذات تأثير إيجابي نافع على العقل الباطن والذي يؤثر بدوره على العقل الواعي. أما الإيحاءات السلبية، سواء كانت ذاتية أو من شخص آخر، فتضر بالدماغ ويجب تحاشيها.

الإنسان يعطينا مشورته ثم يتركنا وشأننا لنحصد ثمار أعمالنا [التي قد تكون نتيجة لمشورته المغلوطة.]

طريق الله يؤدي دوماً إلى السعادة والخير.

***

بشفافية التأمل العميق سأستقيل النور الإلهي المتدفق باستمرار إلى أعماقي، وسأرفع للعلي القدير حبي وأشواقي.

أحس بحضورك يا رب في أعمق مشاعري، وأراك متفتحاً في حديقة حبي. اغمرني بحبك ودعني أنتشي بأريجك المبارك.

با ركني يا رب كي تعثر روحي على السلام وتبصر إشعاعات الأمل من خلف غيوم اللامبالاة. ألا فليبزغ بدر اليقين في قلبي حتى أشعر بالطمأنينة والراحة الروحية.

***

ليظهر مجدك يا رب وليتلاشى الجهل من شطآن الأرض للأبد وكذلك الخصام والحسد. بدد ظلمة الجهل بنور حكمتك. حوّل الضعف إلى قوة والوهن إلى عزيمة وعمّد الفكر والروح بنورك الشافي.

***

كما أن نور الشمس ممنوح للجميع، ومع ذلك هناك من يحبذ العيش في الظلام، هكذا نور الحكمة الإلهية يغمر كل مكان ومع ذلك يوجد بعض الذين ينظرون إلى العالم من خلف نوافذ أفكارهم القاتمة والملطخة بالجهل.

***

حررنا يا رب من الجهل وآثاره، ومن المخاوف والهموم، وليجرف طوفان حكمتك كل حطام وركام من حياتنا.

***

من يعرف كيف يكون سعيداً في الحاضر يكون قد عثر على طريقه إلى الله.

***

أنا قبطان سفينة تفكيري الخيِّر وإرادتي الطيبة ونشاطاتي النافعة المثمرة. سأوجِّه سفينة حياتي، شاخصاً ببصري على الدوام إلى كوكب السلام المتألق في سماء تأملي العميق على الله.

***

ما لم نختر بأن نصبح سعداء لا يستطيع أحد إسعادنا ويجب ألاّ نلوم أحداً على ذلك. وإن اخترنا أن نكون سعداء لا يمكن لأحد أن يسلبنا سعادتنا.

***

إن الجائحات والنوازل والتغيّرات العنيفة التي تحدث في الطبيعة وتجلب معها الخراب والدمار والضرر الجماعي ليست "قـَدراً إلهياً". هذه الكوارث تنجم عن أفكار وأفعال الإنسان. فحيثما يختل ميزان العالم الإهتزازي للخير والشر بتراكم الأمواج والذبذبات الضارة المؤذية بفعل نوايا الإنسان السيئة وأفعاله الخاطئة تعم الفوضى ويحدث الدمار على نطاق واسع. وسيستمر العالم في معاناته من الحروب والنكبات والفواجع إلى

أن يصحح البشر أفكارهم وتصرفاتهم الخاطئة. الحروب لا تحدث كقـَدَر سماوي ولكن بسبب الأنانية المادية الواسعة الإنتشار. فلو تخلص الناس من الأنانية الفردية والصناعية والسياسية والروحية والقومية لأصبحت الحروب في خبر كان.

عندما تحتل الروح المادية وعي الإنسان وتسود تفكيره يَحدث انبعاثٌ لإشعاعاتٍ شفافة سالبة. والقوة التراكمية لتلك الذبذبات السالبة تلحق أشد الضرر بميزان الطبيعة الكهربائي حيث تحدث الزلازل والفيضانات وكوارث أخرى.

الله ليس مسؤولاً عنها. فأفكار الإنسان يجب أن تـُضبط قبل أن يصبح التحكم بالطبيعة ممكناً.

***

سأحاول القيام فقط بالأعمال النبيلة اللائقة حباً بالله ومرضاةً له.

***

يجب حرث العقل بمحراث الإدراك الصحيح لأن تربته جافة وقاسية، وترطيب التربة بالاستعداد والتقبل، وزرع بذور الإيمان في الأثلام، ثم ريها بالإرادة المتوافقة مع الإرادة الإلهية.

***

صاحبُ الهدوء الطبيعي يحتفظ باتزانه ويبقى مرتاح البال تحت كل الظروف. كما أنه لا يسمح للعواطف والانفعالات بالسيطرة عليه ودفعه لاتخاذ قرارات خاطئة.

***

أنت الوهج في النجوم والطاقة في الذرات والطيبة في القلوب والجمال في الصدق والعظمة في الأمانة.

باركنا يا رب كي نظهر نعمك علينا في صحتنا و طموحاتنا الفكرية وفي حياتنا الروحية. وساعدنا كي نشحن أنفسنا بقوّتك العظمى وبحكمتك اللامتناهية وبأصالتك التي لا حد لها، ودعنا ندرك أنك ينبوع الصحة ومحيط الحياة ومنبع كل فهم ومعرفة.

***

أيها الحب الإلهي، أنت الصدى السري الصادر من كهوف القلوب وصوت الشعور الصامت.

أنت ساحر الأنفس غير المنظور والفوارة المنبثقة من أعماق الصداقة.

أنت ملاك مبارك يهمس للنفوس أعذب العبارات.

أنت لغة المحبين الصامتة والحبر الخفي الذي يستخدمونه ليكتبوا رسائل على صفحات قلوبهم.

أنت مصدر كل العواطف النبيلة وقلبك يستمد نبضه من القلب الكوني.

الحب هو حديث صامت بين قلبين، وهو النداء الأعلى لكل الخلائق الحية والجامدة كي تعود إلى بيت الوحدة الشاملة.

الحب هو خفقة الحياة.

إنه ينمو في حديقة التفتح الروحي ويغفو خلف ظلمة التعلقات الخارجية.

إنه أعتق وأعذب رحيق في الوجود محفوظ في قوارير القلوب.

الحب هو النور الذي يهدم جدران الظلام بين الأفراد والعائلات والأمم.

الحب هو زهور الصداقة الناضرة النامية في حقول الصغار والكبار.

الحب هو الباب إلى السماء وأنشودة الأرواح الطيبة.

***

على الراغبين في تجديد حياتهم أن يحددوا أولاً الأشياء الإيجابية التي يريدون إدخالها إلى حياتهم، وأن يضعوا برنامجاً يلتزمون به على أساس يومي وسيشعرون بقدر كبير من السعادة نتيجة للمحافظة على مقرراتهم.

عدم الإلتزام بجدول للتحسين الذاتي يعني إضعاف الإرادة ووضع عوائق أمام عجلات التقدم.

من يصادق نفسه المتوافقة مع نواميس الحياة سيحقق إنجازات مثمرة. لا توجد قوانين تمنع الإنسان من أن يتغير نحو الأفضل ويحقق طموحاته النبيلة.. ولا توجد عوائق تحول دون بلوغ الإنسان أهدافه السامية ما لم يعترف ضمناً بتلك العوائق ويقنع نفسه بأنه لا يستطيع تجاوزها.

***

حيثما يقدّر الآخرون جهودي في عمل الخير فذلك هو المكان الذي به أستطيع تقديم أعظم خدمة.

***

الحب الحقيقي.. حب القلب والروح هو مظهر من مظاهر الحب الإلهي. والحب الإلهي يحاول إظهار ذاته من خلال قلوب ونفوس البشر. الله يعلّم بني البشر الحب الإلهي من خلال وسيط الحب البشري المثالي.

***

عندما تقابل شخصاً ما ويقول لك "كيف حالك؟ إنني سعيد جداً لرؤيتك" في حين يشعر في قرارة نفسه بأنه غير مرتاح البتة لمشاهدتك، تحس على الفور بشعوره الداخلي ولا ترغب بالتحدث إليه أو البقاء معه. إنني أحبذ المعاملة الصريحة بدلاً من المواربة والنفاق.

كلمة الإنسان هي كل شيء ويجب أن يكون طبيعياً وأميناً وأن يحترم كلمته ويحافظ على وعوده والتزاماته مع الاخرين.

***

الله هو منبع القوى العقلية ومصدر الحكمة والبحبوحة. اطلب منه كي يهديك إلى الطرق المؤدية إلى المكان المناسب لتحقيق النجاح الذي تتوخاه. تأكد أولاً من أن غايتك سليمة وعندها ستحصل على القوى الكفيلة بتحقيق مبتغاك.

***

المحبة هي السلاح الروحي الذي ينهي كل الحروب.

***

الإخلاص أقوى بكثير من الزور والبهتان، فإن استطعت أن تصون نفسك في حصن الإخلاص عندئذ ستكون السيد المكرّم في مملكتك الذاتية.

الغلبة للحق حتى وإن ظلمك الآخرون.

أعطِ الحكمة لطالبيها ما داموا يرغبون بالاستنارة واعمل ما بوسعك للارتقاء والصعود على سلم معرفة الذات.

لله نذرت وكرّست صوتي ويديّ وقدميّ وقلبي وجسدي ومشاعري وإرادتي.. وكل شيء.

***

لا يقتصر الألم على الجسد وحسب، فهناك آلام فكرية وروحية أيضاً.

لا يمكن التفكير بالله عندما يكون الفكر مليئاً بالحسد والخوف وتوجس الشر، أو عندما يكون الشخص في حرب مع ذاته.

إننا نتألم من الحزن والكآبة ومن طباع أخرى وحالات نفسية غير سوية ومن توجسات معظمها مخاوف وهمية. وعلى الصعيد الروحي نتألم من الجهل بطبيعة نفوسنا الخالدة.

***

• المتناغمون مع الله يبصرون جمالاً أخاذاً ويتذوقون عذوبة فائقة لا سبيل لاختبارهما بأية طريقة أخرى.

• عندما نادتك روحي انفجرت سحب صمتك يا إلهي وانهمر غيث رحمتك مدرارا حتى غدا فيضاً من نعمتك غزيرا. ولقد غمر نهرك المبارك ضفاف كياني فغاصت نفسي في مياه الأبدية وذابت فقاعة حياتي الصغيرة في بحر وجودك الكلي

• لقد علمني مرشدي كيف استعمل إزميل الحكمة لأصنع من نفسي معبداً يليق بالحضور الإلهي.

• إن أردت أن تحقق هدفاً سامياً، إبدا بتصميم نموذج ذهني له. يمكنك الآن أن ترسّخ أي توجّه في وعيك فيما إذا غرست فكرة قوية في عقلك، عندها سيمتثل كيانك بأسره لتلك الفكرة وتأتي أفعالك مطابقة لها.

• الحب والتسامح ضروريان للألفة والوفاق. الحب يوحد ويغذي كل ما هو نافع وقابل للنمو في حين أن الكراهية تفرّق وتدمر كل ما يمكن إصلاحه.

***

الخوف هو ألد أعداء النجاح لأنه يقضي على الرغبة في المحاولة التي لا يمكن للشخص أن ينجح بدونها.

الخمول الفكري وعدم بذل المجهود وعدم المثابرة، كلها عوائق وعراقيل في طريق النجاح. الهدف يجب ألا يكون النجاح نفسه بل العيش المستقيم الذي يفضي إلى النجاح. التلهف الزائد على النجاح يمكن أن يكون عائقاً في سبيل النجاح.

المجهود الخلاق المدعوم بالإرادة، والرغبة الأكيدة لبلوغ الهدف هما أمران جوهريان لتحقيق النجاح.

***

كل فكرة نفكرها تخلق اهتزازاً محدداً. عندما تفكر بالله بكل كيانك وذهنك وجوارحك - وتهمس بعقلك وقلبك "يا رب" مراراً وتكراراً في داخلك، تشكّل بذلك اهتزازاً قوياً يستجلب الحضور الإلهي إلى حياتك.

عندما ندرك بأن الله هو حبيبنا الأزلي وصديقنا الدائم وأن محبته لنا أعظم من أية محبة أخرى، نشعر بقربه ونلامس حضوره فتطمئن قلوبنا ونشعر بسلام روحي فائق.

عندما تتأمل على الله وتشعر بخفقات متزايدة من الفرح في قلبك وفي كل جسمك، وتأتيك هبّات من ذلك الفرح بين الحين والآخر، فاعلم أن الله قد استجاب لأشواق قلبك وأن أحاسيس الغبطة التي تختبرها هي البرهان على تلك الاستجابة.

***

عندما يدخل العقل حالة الوعي السامي ويلامس الحضور الكلي اللانهائي فإنه يعرف أنه على تواصل مع الله وأن الإختبار عذب، لكن من غير الممكن التعبير بالكلام عن حالة ذلك الاتصال الذي يفوق حد الوصف.

***

لم أصرف مغناطيسيتي بحثاً عن الأشياء المادية بل استخدمتها في اجتذاب الحضور الإلهي الذي لا زوال له ولا اضمحلال.

***

امنحني يا رب الأشواق الوجدانية الغامرة ودعني أسمع صوتك المبارك في أعماق روحي. لن أنساك أبداً يا إلهي الحبيب ولن أسير على دروب الحياة بدونك. كن ضيفي الأبدي واسكن معبد سكينتي وبهجتي الروحية. دع قلبي ينبض بحبك وأفكاري تعمل بتوافق وانسجام علني أمنح سلامك وحبك للآخرين.
وليتضوع شذا حبك من وردة قلبي ليجتذب النفوس الباحثة عن السلام ويأتي بها إليك.

***

إن مشاهد الجبال المرتسمة على الستارة الزرقاء، وآلية الجسم البشري التي تذهل العقول والزهور الرائعة التكوين، وشهامة النفوس الطيبة، وسمو الأفكار الرفيعة، وعمق المحبة.. كلها تذكرنا بالخالق البديع والفائق الجمال.

***

سأبذل قصارى جهدي وأعمل كل ما بوسعي لجعل نفسي والآخرين أغنياء بالله أولاً وأخيراً.. وسأشيد بيوتاً من الحكمة وسط بساتين السلام الدائمة النضرة، المرصعة بأزاهير المناقب الروحية البديعة.

***

لا يهم إن كنت موجة صغيرة أو كبيرة ما دام بحر الحياة الأعظم يسندني.

سأتعمق في التفكير حتى أعثر على سر الأسرار وسأركز نور البصيرة - كالمصباح الكشاف - كي يظهر لي الوجه الأقدس.

***

ليشرق نورك في داخلي ومن حولي وفي كل مكان.

***

الحب نارٌ خفية، تصهر بأمر إلهي الخشونة من الكون وتحولها إلى مادة غير منظورة من الحب الأبدي.

***

مثلما ترسل الشمس النور والدفء، هكذا سأبث أشعة الأمل في نفوس الفقراء والمنبوذين، وسأبعث همة جديدة في قلوب الذين يظنون بأنهم خائبون.

***

دعني يا رب لا أكوي نفسي والآخرين بنار الحسد الحارقة بل أتقبل بقناعة ورضا ما أستحقه من لطف ومحبة من أعزائي.

***

إنني آمن مطمئن خلف أسوار ضميري النقي. لقد أحرقت الماضي المظلم وإنني مهتم باليوم فقط، ولن أخشى شيئاً سوى نفسي عندما أحاول مخادعة ضميري.

***

اليوم سأشعل جذوع الهموم والمخاوف وأوقد نار السعادة كي أنير معبد الروح في داخلي.

***

لا يمكن لأحد مغاضبتي بالكلام النابي أو التصرف الطائش، ولا قدرة لأحد على التأثير بي بالتملق والإطراء والمديح كي يجعلني أفكر بأنني أعظم وأكبر من ذاتي الحقيقية.

***

يا رب، اجعل قلبي رحباً بما يكفي لاحتواء حضورك المبارك، ودعه ينبض بحبك على الدوام.

***

إن استخدمتَ قوة إرادتك على النحو الصحيح فإنها ستخلق لك كارما جديدة، لكن معظم الناس لا يرغبون بالتبديل ولا يريدون بذل المجهود، فينهارون أمام المصاعب ولا قدرة لهم على مواجهة التحديات.

***

ساعدني يا رب كي أميز بين سعادة النفس الدائمة والمتع الحسية الزائلة.. دعني لا أغرق ذاتي بملذات الحواس العابرة، وساعدني على تهذيب حواسي بحيث تجعلني سعيداً على الدوام.

***

لقد فصلتُ أشعة عقلي عن منطقة الحواس الضيقة المحدودة وأطلقتها في آفاق الروح فتعاظمت مدركاتي وانتشرت يقظتي في كل اتجاه.

***

يجب ألا يشعر الإنسان بأنه عديم الحيلة ومقيد فيما إن كانت لديه عادات غير مرغوبة يريد التخلص منها. الآن هي الفرصة للتغلب على تلك العادات بتنمية العزيمة الماضية والتأمل الصحيح المنتظم.

***

يا سيد الأرواح والقلوب، إن أشعة السعادة المنتشرة في سماء سكينتي الباطنية تبشرني بقرب إطلالتك المباركة.

***

يا رب، إنني أبتسم ابتسامة الواثق المطمئن لأنني سواء كنت عائماً على سطح هذه الحياة أو غارقاً تحت أمواج الموت أظل مع ذلك في قلب حياتك الأبدية التي توفر الأمن والحماية، تسندني يدك القوية المباركة.

***

المرض والشيخوخة والموت هي الصعوبات التي يتعرض لها الجسد والعقبات التي تعترضه. أما الأمراض النفسانية فتغزو العقل عن طريق الحزن والخوف والغضب والرغبات الدفينة والتذمر والكراهية والوساوس العاطفية وحمّى الهيجان العصبي والسرطان النفسي الذي يشل القوى العقلية. المرض الأخطر هو مرض الروح الذي يتمثل في الجهل الذي عنه تنبثق ومنه تنسرب باقي الأمراض.

***

ينبغي عدم السماح بجفاف ينبوع المثالية السامية الذي يغذي بِنَا مشاعر المحبة والعواطف الراقية.

***

كل ما هو جذاب ظاهرياً يستمد جاذبيته من نفس الإنسان الباطنية. وما من شيء يلطخ مرآة النفس النقية كالتشوهات النفسية المتمثلة في الغضب والحقد والحسد والكراهية... ومن يحاول تحرير نفسه من هذه المركّبات الغريبة على طبيعة الروح سيشع نور الجمال الباطني من داخله.

***

يجب النهوض بالوعي من المجال المادي المحدود إلى آفاق السكون غير المحدودة داخل النفس.

***

أيا روح الطهارة والنقاء، خلصني من المشتهيات الحسية التي لا ترتوي، لتتحول كل الرغبات الجشعة إلى رماد في لهب الحكمة، ولأضبط - بعناد وإصرار - كل جموح في الحواس. ولأتوافق مع إرادتك، عازفاً لحني البسيط بانسجام، منجزاً واجباتي الصغيرة، منشداً أغنيتي المتواضعة.

ساعدني يا رب كي لا أستخدم الحواس إلا في طرق سليمة رشيدة، وكي أهذبها لتساهم في سعادتي الحقيقية.

***

إن فولاذ الحكمة الذي نستخرجه بفعل نيران التجارب الحارقة هو شيء رائع. فالحياة تطهرنا بتحويل معادننا الخسيسة إلى عناصر نفيسة بحيث يمكننا أن نعيش في هذه الحياة كنفوس نقية بنقاء الجواهر، صلبة بصلابة الفولاذ، وفي نفس الوقت مرنة وقابلة للإنحناء دون التعرض للإنقصام تحت ضغوطات المحن والتجارب الصعبة.

***

هناك قوة خفية تعمل على تنفيذ خطة خلقية وروحية لإبراز النظام والتوافق وسط ما يبدو نشازاً وفوضى في الخليقة.

***

أيا محبوبي الإلهي، أنت الفرح الأبدي المتجدد.. أنت نعيم الروح.. وأنت السعادة التي أتشوق إليها.

***

الدعاء لله يجب أن يُرفع بشوق حار وثقة مطلقة وسيستجاب له بصمت وهدوء.. استجابة خفية تجلب معها العزاء وتحدث تبديلاً سريعاً في حياة الشخص.

***

يجب أولاً أن نتذوق فرح التواصل مع الله حتى نتمكن من المقارنة بين ذلك الفرح والمباهج الأرضية الأقل شأناً. عندئذ ستكون الرغبات ذات طبيعة أسمى. الرغبة لا انتهاء لها، إذ ما أن تتحقق رغبة حتى تحل محلها رغبة أخرى وهكذا دواليك. لكن عندما تعثر على الله تتحقق رغباتك كلها.

***

الأسخياء ذوو القلوب الكبيرة الذين يتقبلون منك هبات ودية ويشاركون الآخرين بها يوسعون مدارك وعيهم ويقتربون من أعتابك المباركة. وإذ نحصل منك كل يوم على عطايا وبركات لا تعد ولا تحصى فلنتوجه إليك بالحمد والعرفان يا مانح كل العطايا والهبات.

***

ما دمت معي يا رب فلن تحيق بي الشرور لأنك سترد عني وتحميني من الأذى.

***

قافلة صلواتي تسير باتجاهك. لقد أعاقتها هنا وهناك عواصف القنوط الرملية. وإذ أبصر من بعيد واحة تشجيعك الصامت أتروحن وتنتعش قواي فأضاعف جهودي للوصول إليك وكلي شوق لأن أغمس شفتيّ الظامئتين في ينبوع غبطتك وأشرب حتى الارتواء.

***

دعني يا رب لا أبصر سوى الخير والنقاء، ولا أتلفظ إلا بالكلام الملهم، ودعني أتنسم عبير حبك الفواح بالأريج السماوي وأتناول الطعام البسيط والنافع وأستنشق الروائح الطيبة التي تذكرني بك، ودعني أحس بلمستك المباركة.

***

في روضة اليقظة الروحية استجمعتُ قطرات توبتي، وفي تلك الأدمع العزيزة عليك تطهر قلبي كلياً.

***

إن عينيّ يا إلهي استهوتهما مشاهد الحياة المتبدلة ومناظر الطبيعة الزاهية بما فيها من زهور متنوعة ومتعددة الألوان وسُحب متهادية وعابرة بصمت في الأفق. افتح بي عين الروح لأرى جمالك الفائق في كل حسن وجمال، ودعني لا أبصر في الوجود سواك.

***

دعني أنسج بساطاً وثيراً من معرفة الذات عليه يخطر كل محبيك في طريقهم إلى اليقظة الأبدية.

***

إن الله يتذكرنا حتى وإن لم نذكره. فلو نسي الخليقة ولو للحظة واحدة لامّحى كل شيء من صفحة الوجود. من سوى الله يحفظ هذه الكرة الأرضية سابحة في الفضاء؟ ومن غيره يستحث نمو الأشجار وتفتح الأزهار؟ أجل، إنه الله الذي يبقي قلوبنا نابضة بالحياة. وهو الذي يهضم طعامنا ويجدد خلايا أجسامنا كل يوم. ومع ذلك فما أقل الذين يتذكرونه ويشكرونه حق شكره!

***

دعنا يا رب ننظر للفضيلة بمحبة وندرك أن الامتثال لنواميسك الخليقة سيتوجنا بإكليل رحمتك.

***

فلندرك يا رب أنك ينبوع الصحة ومحيط الحياة ومنبع كل فهم ومعرفة. حررنا من الجهل وآثاره ومن المخاوف والهموم وليجرف طوفان حكمتك كل حطام وبوار من حياتنا.

***

غالباً ما استمعت في التأمل لأعذب أناشيد القريبين منك.. لسمفونيات روحية رائعة وجليلة.. لمقطوعات كاملة من إنشاد الكورس العذري لمشاعر قلبي ولترانيم شجية تترجم حنيني القديم إليك وشوقي المتعاظم للقياك.

***

استمتعوا بمناظر الأفكار الخلابة الرائعة في عالم الجمال غير المنظور والمحتجب داخل نفوسكم.

بين الإسكندر واليوغي
إرادة لا تلين: قصة اكتشاف القطب المتجمد الشمالي

من كان ذلك الإنسان الأول الذي اكتحلت عيناه (وربما دمعتا أيضا من شدة الفرح والبرد) لمرأى القطب المتجمد الشمالي لأول مرة في التاريخ؟

كيف حدث ذلك ومتى؟ هذا ما سنحاول التعرف عليه في هذا السطور.

لقد حاول الناس على مدى قرون عديدة الوصول إلى تلك المنطقة الباردة من الكرة الأرضية، ولم يعرف التاريخ مغامرة أكثر جرأة من تلك المحاولات التي غالبا ما كان أصحابها يدفعون حياتهم ثمنا لها. وتفاصيل تقدّمهم نحو الشمال تحكي مآثر بطولية وتزخر أيضا بالمآسي.

منذ مئات وربما آلاف السنين اعتقد سكان المناطق المجاورة للبحر الأبيض المتوسط بأن العالم شبيه بقرص أملس ومحاط بنهر عظيم كانوا يسمونه أوقيانوس.

لم يعرفوا الكثير عن المناطق البعيدة عنهم لكنهم استعذبوا الأحلام والتفكير بتلك الأماكن البعيدة كتلك التي تقبع ما وراء جبال الألب والبلقان.

فمن تلك المناطق تم استخراج القصدير لصنع البرونز وكذلك الكهرمان لصناعة قطع الحلي والزينة. لكن لم تتوفر معلومات موثوقة عن الشمال فتطوع الشعراء لحبك حكايات مشوقة من نسج الخيال لما يكمن وراء الجبال.

وهذا شاعرنا الأسطوري الخالد هوميروس يخبرنا عن شعب السيميريان في الشمال الذي يكتنفه الضباب وعن العمالقة الذين يسكنون هناك حيث النهار قصير لدرجة أن راعي الأغنام أثناء عودته عند المساء كان يلتقي براعٍ آخر ذاهب للرعي عند الصباح. وهناك حكايا أخرى توحي بأن الناس عرفوا شيئا ما عن القطب الشمالي لكن معظم أفكارهم عن القطب كانت غير دقيقة بل مغلوطة في أكثر الأحيان.

مع الأيام حاول الناس الوصول إلى القطب، وفي سنة 500 قبل الميلاد قام رجل يدعى همليكو من قرطاجة برحلة كبرى إلى الشمال فوصل إلى إرلندا ودوّن أحداث رحلته. تلك كانت القصة الأولى الحقيقية التي يمكن الأخذ بها. ثم توالت المحاولات وأبحر الإسكندنافيون في البحار الجليدية واكتشفوا أيسلندة. ومن ذلك المكان راحوا يبحثون عن المزيد من اليابسة وعن الكنوز.

وهناك العشرات ممن حاولوا وأخفقوا سنضرب صفحاً عن تفاصيل محاولاتهم وننتقل إلى أول مكتشف للقطب الشمالي.

ولد روبرت أدوين بيري في بنسلفانيا عام 1856 ودرس الهندسة ثم التحق بالبحرية الأمريكية. وقد شعر برغبة ملحة للاكتشافات القطبية. لقد كان يدرك كل المخاطر والنكبات التي واجهت المكتشفين قبله لكنه مع ذلك عقد العزم على المضي قدما وعرف في قرارة نفسه أنه لن يتراجع عن تصميمه.

حاول مكتشفنا بيري معرفة كل ما يمكن معرفته عن القطب الشمالي وظروفه والتفاصيل المحيطة به.

في العام 1886 ذهب برحلة إلى شمال غرينلاند وبعد ذلك بخمس سنوات قام برحلة ثانية حيث درس طبيعة الناس واجتاز المرتفعات الجليدية وبرهن على أن لغرينلاند ساحلا شماليا ولذلك فهي أكبر جزيرة في العالم. بعد ذلك بسنتين عاد ثانية إلى غرينلاند. وفي عام 1898 قام برحلة استغرقت أربع سنوات.

والآن شعر بيري بأنه على أهبة الاستعداد للانطلاق نحو المجهول. فشرع في رحلته المحفوفة بالمخاطر في عام 1902 لكنه قصف عائدا لأسباب وظروف اضطرته لذلك. في عام 1905 كرر المحاولة وهذه المرة وصل خط العرض الشمالي. أخيرا في عام 1908 انطلق على متن الباخرة روزفلت وكانت تلك رحلته الثامنة التي توجت مساعيه بالظفر. نزل مع مرافقيه من الباخرة وأخذوا زحافات تقودها الكلاب وانطلقوا نحو القطب. وبين مسافة وأخرى كان بعض مرافقيه يتخلفون عنه لينصبوا مخيما هنا وهناك يضعون فيه مؤناً سيحتاج إليها في عودته مثلما سيحتاج إلى مساعدتهم.

واصل مسيرته بصحبة خادم زنجي وأربعة من الأسكيمو ومعهم ما يكفي من المؤن لأربعين يوما.

ودّع بيري الذين تركهم وراءه في المحطة الأخيرة وسار نحو القطب فوصل إليه في السادس من نيسان عام 1909، وأخيراً وقف على قمة العالم.

وقبل وصول بيري إلى القطب أرسل الدكتور الأمريكي فردريك كوك برقية من جزر الشتلاند يعلن فيها أنه بلغ القطب الشمالي قبل سنة من ذلك. ولكن عندما دقق العلماء في مزاعم الدكتور كوك وجدوا أنها كانت كاذبة وأنه لم يصل إلى القطب الشمالي. ومع ذلك فقد اعترفوا له ببعض الاكتشافات في هذا المجال.

كان بيري يتمتع بقوة إرادة غير عادية ، إذ دفع نفسه دفعا على السير المتواصل بالرغم من آلام حادة في قدميه نظرا لفقدانه أصابعهما في العام 1898 حيث كان قد أتلفها الصقيع وبـُترت نتيجة لذلك. غير أن هذه الإعاقة لم تمنعه من السير (مع رفيقه الأمين والثمين الزنجي ماثيو هنسون) لمسافة ألف وأربعمائة كيلو متر (مشيا على الأقدام فوق الجليد في ظروف في غاية الصعوبة!) حول الرأس الشمالي لغرينلاند لوضع خريطة تفصيلية لتلك المنطقة. ويا لها من بطولة خارقة!

وما زال بيري يعتبر واحدا من أشجع الرجال وأكثرهم إصراراً على بلوغ الأهداف.

وفي هذا المقام يقول الإمام علي (رض):

"فعليكم بالجدّ والإجتهاد، والتأهب والإستعداد، والتزاود في منزل الزاد."

والسلام عليكم

بين الإسكندر واليوغي

هناك قصص شائقة دوّنها بعناية مؤرخو الإغريق وغيرهم ممن رافقوا الإسكندر أو تبعوه في حملته إلى الهند. وقد ترجم الدكتور مكرندل أحاديث الرحالة ليسلط الضوء على الهند القديمة. ومن أبرز مظاهر الغزو الفاشل لاسكندر اهتمامه العميق بالفلسفة الهندية وبجماعة اليوغيين والرجال الأتقياء الذين التقى بهم بين الحين والآخر ورغب صادقاً بمصاحبتهم. وفور وصول المحارب الإغريقي إلى تاكسيلا في شمال الهند أوفد أونسكريتوس أحد تلاميذ مدرسة ديوجنيس الإغريقية ليأتيه بالمعلم الهندي المتوحد داندامس الذي كان يعيش آنذاك في تاكسيلا.

وقال أونيسكرتيوس لدندامس بعد أن عثر على مخبئه في قلب الغاب:

"تحية وسلاماً يا معلم البراهمة! إن الإسكندر ابن الإله العظيم زفس وسيد الخلق أجمعين يطلب منك الذهاب إليه. فإن فعلت أجزل لك العطاء، ولكن إن رفضت فسوف يقطع رأسك."

وتلقى اليوغي برباطة جأش هذه الدعوة الإلزامية، وبالكاد رفع رأسه من فراشه المصنوع من أوراق الشجر، وأجابه قائلا:

"وأنا أيضاً ابن الإله زفس إن كان الإسكندر كذلك... إنني لا أطلب شيئا مما عند الإسكندر لأنني قانع بما عندي، في حين أراه ينتقل دون جدوى مع رجاله فوق الماء واليابسة، ولا حد لتجواله أبدا.

"اذهب وقل لاسكندر أن الله وحده هو السيد الذي يستحق كل عبادة وتبجيل. إنه الملك الأعظم الذي لا يأمر أبدا بالشر الفظيع لأنه خالق النور والسلام والحياة والماء، وخالق جسم الإنسان وأرواح البشر. وإليه يعود كل الناس عندما يحررهم الموت فلا يبقون بعد ذلك عرضة لشرور المرض.

وواصل الحكيم حديثه بسخرية هادئة:

"إن اسكندر ليس إلهاً لأنه بالتأكيد سيذوق الموت. وكيف يكون واحد مثله سيد الوجود وهو لم يتربع بعد على عرش الكون الباطني ولم يدخل حياً إلى الهاوية، ولا يعلم مسار الشمس فوق أقطار الأرض الشاسعة، وفوق ذلك لم تسمع الأمم المتاخمة باسمه؟!"

وبعد هذا التعنيف الذي يُعد أقسى ما وقع من هجوم على أذني (سيد العالم) أضاف القديس متهكماً: "إذا كانت مستعمرات الإسكندر الحالية غير كافية لإشباع جشعه فليعبر نهر الغانج وسيجد قطراً فسيحاً يتسع لجميع رجاله.

"إن ما يعرضه عليّ الإسكندر وما يعدني به من هبات هي أمور لا قيمة لها بالنسبة لي. فالأشياء التي أقدّرها وأعتبرها ذات فائدة أو قيمة فعلية هي هذه الأشجار التي أصنع منها مسكني، وتلك النباتات المزهرة التي تمدني بالغذاء اليومي، والماء الذي

يروي عطشي. وما عدا ذلك من المقتنيات التي يتم جمعها باهتمام كبير فهي وبال على مقتنيها، ولا تترك في نفوس أصحابها سوى الغم والحسرة اللذين هما من نصيب غير المستنيرين من البشر. أما أنا فأرقد بسلام فوق أوراق وأعشاب الغابة، وإذ ليس عندي ما يستدعي السهر فإنني أنام ملء جفوني مستمتعاً بسبات عذب وهادئ. ولو كان عندي ما يتطلب الحراسة والسهر لأقضّ عليّ مضجعي وحرمني لذة النوم. فالأرض تزودني بكل شيء مما أحتاجه كما تزوّد الأم رضيعها باللبن. إنني أتجول حيثما رغبت وليس لديّ من هموم تؤرقني أو تنغص عيشي.

وإن قطع الإسكندر رأسي فلن يقوى أيضاً على تدمير روحي. ورأسي الذي سيصمت بعد الموت، وجسدي الذي سيصبح كرداء ممزق سيبقيان على الأرض التي صنعا منها.

أما أنا كروح فسأصعد عندئذ إلى الله الذي غلفنا بالأجساد ووضعنا على هذه الأرض لكي نثبت له – أثناء وجودنا عليها – إن كنا سنمتثل لإرادته ونحيا في طاعته. وعندما نقف أمامه سيطلب منا حساباً عن أعمالنا، وهو القاضي العادل الذي يدين كل الشرور والآثام والاعتداءات، حيث تصبح أنات المظلوم عقاباً للظالم.

دع الإسكندر يرهب بهذا الوعيد أولئك الذين يطمعون بالثراء أو يخشون الموت. إن سلاح الإسكندر ضعيف بالنسبة لليوغيين.

فنحن لا نعشق المال ولا نخاف الموت. اذهب وقل له إن دندامس ليس بحاجة إلى شيء مما عندك، وبالتالي فإنه يرفض المجيء إليك. أما إذا كنت أنت بحاجة إلى دندامس فتعالَ أنت بذاتك إليه." وتلقى الإسكندر بانتباه عميق جواب اليوغي على لسان أونيسكريتوس، وشعر برغبة متزايدة لرؤية دندامس الذي – بالرغم من عريه وتقدمه في السن – وجد فيه قاهر الأمصار ومدوّخ البلدان أكثر من ند له.

مذكرات يوغي: السيرة الذاتية Autobiography of a Yogi

بقلم برمهنسا يوغانندا

بعض نفحات روحية

للمعلم الحكيم برمهنسا يوغانندا

لقد منحنا الله حرية الإختيار ووضع فينا الضمير للتمييز بين الخير والشر والنافع والضار.

عندما نحس بالقوة الروحية ناشطة في كياننا نشعر بأننا نخطو إلى الأمام ونحرز تقدماً فتتعاظم ثقتنا بالله وبأنفسنا، ويخف زخم المصاعب بحيث يمكننا التعامل معها تعاملاً بنّاءً بثقة وراحة واتزان.

طبيعتنا الحقيقية هي الروح التي جوهرها السلام والصفاء والطمأنينة والهدوء، وهذه العناصر المباركة هي في داخلنا وهي جزء لا يتجزأ من كياننا الروحي.

غالباً ما يتحدث الناس عن الضغوط التي يشعرون بها والإجهاد النفسي الذي يختبرونه تحت وطأة المتطلبات الكثيرة ولكن يجب ألا نسمح لأنفسنا بأن تصبح فريسة لأي نوع من الصعوبات ولنتذكر دوماً أن الله منحنا من القوة ما يكفي للتعامل مع كل التحديات التي نواجهها.

احفظوا الله في قلوبكم أثناء سيركم على دروب الحياة.

احتفظ بقدميك على الأرض وهامتك فوق غيوم الجهل.. في آفاق شمس الحكمة السرمدية.

عندما نفقد القدرة على التمتع بالحياة والمشاركة في نشاطات ترفيهية سليمة نكون جادين وعصبيين أكثر مما ينبغي وإن بدت الأجواء عابسة مكفهرة يجب أن نحتفظ بإيماننا بأن الشمس ستشرق من جديد وأن وأن السائرين على الدرب الصحيح سيصلون مهما بدت المسافة طويلة والمقصد بعيداً.

في التواضع تكمن القوة الروحية الحقيقية، وعظمة الإخلاص، وعمق المحبة، وروعة الرضا والتسليم.

صاحب الإرادة القوية يتوافق مع الله ولا ينتظر حتى تتفضل عليه الكواكب والنجوم بابتساماتها.. بل يتابع مسيرته كالشهاب الثاقب غير متأثر سوى بنجم الله الهادي الذي هو شمس الشموس ورب الناموس والنفوس.

يجب عدم التفكير بالخسارة والفشل.. بل تجديد المحاولة المَرة تلو الأخرى مهما كانت المحاولات الفاشلة كثيرة ومريرة.

ما أسماكِ أيتها الصداقة، وما أخصب تربتك وأقدسكِ! المحبة غذاؤك والإخلاص مشربك.

لقد أتينا إلى هذا العالم لتطوير أنفسنا واستكشاف إمكاناتنا الروحية لا أن نغوص في بحار الوهم المظلمة والتي تنطوي على مخاطر لا حصر لها.

إن أعذب متعة في الوجود هي الشعور أننا آمنون مطمئنون في حضرة الله.

إن فصل الفشل هو أفضل وأنسب المواسم لغرس بذور النجاح. يجب اجتثاث الفشل من الجذور وحرث حقول الحياة بهمة وعزيمة وزرعها ببذور الخير من أجل جني محصول وفير بعون الله.

قلائل هم الذين يحللون أوضاعهم ويقررون ما إذا كانوا يتقدمون على الطريق أم يرجعون القهقرى. وككائنات بشرية مزودة بالإدراك والحكمة والفهم فواجبنا الأكبر توظيف حكمتنا ومدركاتنا بطرق صحيحة.

لا يوجد إنسان روحاني يمكنه الاستغناء عن النجاح المادي. وما من إنسان مشاغله المادية متراكمة لدرجة تصده عن التفكير بالله وتخصيص الوقت اللازم للتأمل والخدمة والواجبات الروحية.

يجب أن يحيا الشخص بكل أفكاره ومشاعره وبصيرته وأن يكون يقظاً ومتنبهاً لكل ما يدور حوله، تماماً كالمصور البارع الذي يتحين أنسب الفرص لالتقاط أروع الصور لأبهج المناظر.

لدى كل إنسان قدرات كامنة لم يستثمرها بعد. ولديه كل القوى التي يحتاج إليها. العقل بحد ذاته هو قوة عظمى ويجب تحريره من العادات والمفاهيم المقيدة البالية.

لنتذكر أنه ما دام الإحساس "بالأنا" مسيطراً فهناك نزوع إلى الإبتعاد عن الله محتسبين أن لدينا ما يكفي من القوة والحكمة كي نقف على قدمينا دون سند ونحل مشاكلنا بأنفسنا.

إننا نخشى إن نحن سلّمنا للإرادة الإلهية بأننا لن نسعد بما يرسله الله لنا وهذا دليل على قلة الإيمان بالله. ولكن عاجلاً أم آجلاً سنضطر للتوجه إلى الله. وسيكتشف كل إنسان هذه الحقيقة في حياته إن لم يكن قد اكتشفها فعلاً.

يجب أن نتوجه إلى الله بكل ثقة ونتحدث إليه بصراحة وحميمية بأبسط لغة .. لغة القلب ونطلب منه أن يساعدنا كي نسعى إليه ونتوكل عليه ليرطب قلوبنا ويحررنا من الضيق والمضايقة ومن كل ما قد يعترض سبيلنا ويحاول صدنا عن مقصدنا الروحي.

لا تسمح لنفسك بأن تصبح ضحية العالم وحبائله. يجب أن تمتلك زمام أمرك وتوقظ قواك الباطنية وتسيّر سفينة حياتك إلى بر الأمان.

عندما تنفض العقول عنها غبار الجهل وتقطع القيود المكبلة لقواها ستصبح أكثر قدرة على الإبداع والتفاعل بإيجابية مع الحياة.

إن لم يتصارع الشخص مع شخص أقوى منه لن يصبح قوياً. وبالمثل عندما تواجه صعوباتك بجرأة وبقوة روحية تصبح أكثر قوة ومنعة.

لا تظن أنك ضعيف وغير قادر على مواجهة ظروف الحياة مهما كانت صعبة وقاسية. لقد أودع الله بك قوىً كفيلة بالتغلب على كل التحديات اليومية. وتذكر أنه مهما كانت صعوباتك كبيرة لديك ما يكفي من القوة للتعامل معها. الله معك وسيعضدك ما دمت تؤمن به وتصمد صمود الشجعان في معركة الحياة.

لقد حان الوقت كي يحدد الإنسان موقفه ويقرر الدرب الذي يتعين عليه أن يسلكه: إما نحو الفوضى والدمار أو نحو المُثل العالمية العليا التي نادت بها الأديان السماوية لتجنيب النفوس والعالم المعاناة والويلات. فإن لعب الإنسان دوره كما ينبغي له أن يلعبه، واستلهم قوانين الخير والمحبة والأخلاق الفاضلة فلا بد أن تزول الغمة وتتبدد الظلمة.

لديك قوىً سامية ومواهب ثمينة هاجعة في أعماق كيانك ومع ذلك لا تستخدمها...انطلق نحو آفاق الحياة الراقية حيث الإنجاز والفرح والسلام.

عندما يقول لي أحدهم أنه لا يستطيع القيام بهذا العمل أو ذاك لا أصدقه، لأن كل ما ينوي عمله يمكنه القيام به إن هو وطـّن نفسه على ذلك.

رأيتك تحرث تربة نفسي بسكة التجارب والامتحانات وتنثر في أثلامها بذور حكمتك. واصلتُ سقي تلك البذور وعندما أشرقتْ عليها شمسُ رحمتك نمت وترعرعت وأثمرت محصولاً مباركاً من القناعة والرضا.

دودة القز تحوك خيوطاً حول نفسها داخل الشرنقة. وقبل خروجها من تلك الشرنقة كفراشة، غالباً ما تجد نفسها ميتة في السجن الحريري الذي صنعته بنفسها. وهذا ينطبق أيضاً على البشر. فقبل أن تنمو أجنحة تمييزهم يحوكون حولهم خيوطاً من الخوف والقلق والجهل إلى أن يحل المرض وتحين ساعة الرحيل، وتكون بذلك النهاية.

غالباً ما نجد أنفسنا في زنزانة من صنع أيدينا. ما الذي يجلب كل هذا العناء؟ أفكارنا والطرق الخاطئة للعيش، لأننا نتصرف قبل أن نفكر. يجب أن نحرر أنفسنا من أفكار الغضب والأنانية ومن العيش غير المنضبط وغير المنسجم مع الطموحات العليا. على كل الطامحين الروحيين أن يحافظوا دوماً على دماء نشاطهم ساخنة وجيدة المناعة بالتفكير الإيجابي والنظرة المتفائلة والعمل المثمر.

عدم الخوف يعني الإيمان بالله وبحمايته، والإيمان بعدله وحكمته ورحمته وحبه وحضوره الكلي.

ما من حماية ولا من أمن خارج الله. يجب أن نتوجه إليه بكليتنا إن كنا نرغب في الأمن والطمأنينة.

إن الذين لا يفكرون إلا بأمنهم وراحتهم ناسين أو متناسين احتياجات الآخرين هم في الواقع يغازلون الفاقة التي ستكون من نصيبهم يوماً ما.

والذين يتشبثون بثروتهم بدلاً من استخدامها في أعمال الخير لا يجلبون إلى أنفسهم البحبوحة في حياتهم القادمة بل

يولدون فقراء، إنما برغبات ومشتهيات الأغنياء. أما الذين يشاركون الآخرين فيما لديهم من بحبوحة ورخاء يجذبون لأنفسهم الخير والوفرة أينما ذهبوا.

عندما تعطي المستحقين عن طيب خاطر ستجد أن الله معك دوماً ولن يتركك أبداً ولن تحتاج شيئاً بعونه وعنايته فتوكل على الله وسيأتيك عونه وتشملك رعايته.

أيها المحبوب الإلهي المحتجب، أنت ينبوع المحبة المتدفق من قلب الصداقة، وأنت الأشعة الدافئة التي تفتّح براعم الأحاسيس إلى ورود ناضرة من الوفاء والخواطر الشاعرية الرقيقة.

كلنا أجهزة بث واستقبال بشرية: إنك تستقبل رسائل الآخرين الفكرية عن طريق قلبك الذي هو مركز الشعور، وتبث رسائلك الفكرية الخاصة عن طريق العين الروحية (في الجبهة بين الحاجبين) والتي هي مركز التركيز والإرادة. هوائيك هو في الدماغ مركز الوعي السامي البديهيّ الإدراك.

افرض أنك بعيد عن بيتك وترغب في معرفة ما يحدث فيه، فإن كانت أحاسيسك ساكنة للغاية وفكرك هادئاً ستتمكن من حدس مشاعر وأفكار أسرتك في البيت.

عندما تمتلك مقدرة كبيرة على التركيز تستطيع أفكارك النفاذ إلى أي مكان، ويصبح إحساسك مشحوناً بالطاقة الحيوية.

كل ما في الكون مكوّنٌ من طاقة أو اهتزاز. فاهتزاز الكلام هو مظهرٌ أو تعبيرٌ أكثرَ كثافة من اهتزاز الفكر. أفكار كل البشر تتماوج في الأثير. ولأن للأفكار رتبة اهتزازية عالية فلم يتم الكشف عنها بعد. إنما لحسن حظنا أننا لا نعرف أفكار كل الناس!

بالضغط على أزرار الراديو أو إدارتها (وبوسائل أخرى هذه الأيام) تستطيع سماع ألحان وأصوات مختلفة. ولولا الوعي الكامن في طبقات الأثير التي تنتقل عبرها أمواج الراديو إلى جهاز الإستقبال لديك لسمعت كل الأصوات المبثوثة مرة واحدة.

لقد خلق الله الأثير وأوحى لعقل الإنسان كي يصنع وسائل لبث واستقبال الإهتزازات عن طريق هذا الوسيط. الأمواج الإذاعية تعتمد في انتقالها على الأثير وعلى الكهرباء في البث

والإستقبال. أمواج الراديو الإهتزازية هي أفكار منقولة عبر الفضاء إلى أي جهاز استقبال متناغم.

عندما تكون قريباً من شخص عزيز عليك تشعر بأفكاره ولكن قد لا تستطيع الشعور بأفكار شخص بعيد عنك ما لم تمتلك مجال استشعار متطور. الذين يمارسون أساليب التركيز والتأمل بانتظام يشعرون بهدوء كبير وتزداد أفكارهم رهافة نتيجة لممارستهم العلمية تلك فيستطيعون الإحساس بأفكار ونوايا الآخرين حتى من مسافات بعيدة!

استعلم زائرٌ: "أليست حكمة القديسين ناتجة عن حصولهم على مِنـّة خاصة من الله؟"

فأجاب المعلم #برمهنسا:

"لا. إن امتلاك بعض الناس لمقدار أقل مما يمتلكه سواهم من المعرفة المقدسة لا يعني أن الله يحدّ أو يقنن فيض نعمته للبشر، بل السبب يعود إلى أن معظم الناس يعيقون انسياب نوره الدائم السطوع ويحولون دون إشراقه في نفوسهم.

قال أحد التلامذة: "إنني ذاهب إلى التلال كي أكون وحيداً مع الله."

فأجاب المعلم برمهنسا:

"لن تتقدم روحياً إن فعلت. فعقلك لا قدرة له في الوقت الحاضر على التركيز بعمق على الروح. إن أفكارك ستحوم في أكثر الأحيان حول ذكريات الناس والمتع الدنيوية، حتى ولو اعتزلت في كهف منيع. الإنجاز الصادق الأمين لواجباتك الحياتية مع التأمل اليومي هو الطريق الأفضل."

بوارق روحية

هل من ثمة غاية مشتركة وعامة من وراء أعمال سكان هذا العالم؟

وهل هناك ضرورة مشتركة تدفعنا جميعاً للقيام بالأعمال؟

إن تحليلاً بسيطاً لدوافع الإنسان وغاياته تظهر أن هناك ألف غاية وغاية.. منها المباشرة ومنها غير المباشرة، لكن غاية الغايات تبقى بلوغ الغبطة أو السعادة المطلقة.

غاية الإنسان الأولى هي تحاشي الألم والعوز وبلوغ الغبطة الدائمة. أما إن تمكنا من التخلص الدائم من الألم والفاقة والحصول على الغبطة الدائمة فذلك مبحث آخر. لكن الواقع يشير إلى محاولتنا الحثيثة والجادة للتخلص من المعاناة والألم وتحصيل المتعة أو السعادة.

لماذا يعمل الشخص كمبتدئ في حرفة ما؟

لأنه يرغب في أن يصبح خبيراً في أحد مجالات العمل.

ولماذا يتعين عليه مزاولة ذلك العمل؟

لأنه بذلك يتمكن من كسب المال؟

ولماذا يجب أن يكسب المال؟

لأنه سيحقق بكسبه حاجيات شخصية وعائلية.

ولماذا ينبغي تحقيق تلك الاحتياجات؟

لأن مثل هذا التحقيق يساعد على إقصاء الألم وتحصيل السعادة.

لذلك نرى أن تحقيق حاجة ما، والتخلص من ألم ما، جسدياً أو نفسانياً، مهما كان طفيفاً أو حاداً، وبلوغ الغبطة يشكلان غايتنا القصوى.

ولا حاجة لأن نتساءل أكثر من ذلك عن السبب في تحصيل الغبطة لأن لا جواب لذلك، وتلك هي غايتنا القصوى.

إذاً مهما كانت طبيعة أعمالنا أو طموحاتنا.. الشروع في عمل تجاري، أو تحصيل المال، أو السعي وراء الصداقات أو تأليف الكتب أو اكتساب المعارف أو إدارة الممالك أو التبرع بالملايين، أو اكتشاف البلدان، أو التطلع إلى الشهرة، أو مساعدة المحتاجين، أو الرغبة في أن نصبح من محبي خير الإنسانية... إن دققنا في غايتنا الحقيقية وأبقيناها نصب أعيننا يصبح البحث عن الله حقيقة واقعة ومنطقية لأن الله هو تلك الغبطة التي نسعى لتحقيقها وتتعطش نفوسنا إليها.

* * *

لو أن شخصاً حجب وجهه بقناع يبقى بإمكانك أن تعلم أن إنساناً موجود هناك. وبالمثل فالطبيعة هي أشبه ببرقع عظيم منتفخ بالحضور الإلهي. فالله موجود خلف حُجب الطبيعة

وأقنعتها، لكن الإنسان يلقي نظرة عابرة غير متعمقة فلا يتبين حضور الكائن المستتر خلف ستائر الطبيعة.

بدون العون الإلهي يفشل الإنسان حتماً لأن القوة والحكمة للفوز في معركة الحياة يأتيان من المصدر اللانهائي.

حينما أجلس في التأمل ساكتاً ساكناً متنبهاً أشعر برعشة من الغبطة داخل كياني وأسمع الله هامساً "إنني هنا."

إن العقل الذي وهبه لنا الله هو المدخل إلى السماء: الباب الخارجي لمملكته، لكن الناس لا يستخدمونه كما ينبغي.

لا حاجة للإنتظار حتى مغادرة الأرض كي نستخدم عقولنا في البحث عن الله، فالوقت هو الآن، والمكان هو هنا. ومن لا يستخدم عقله في البحث عن أسرار الحياة وخفايا الوجود إبان إقامته على هذه الأرض فلن يتمكن من العثور عليها في أي مكان آخر.

* * *

كل إنسان هو تعبير لقوة الله اللامتناهية ويجب أن يظهر جانباً من تلك القوة في كل ما ينجزه.

إن الذين يسعون إلى التواصل بصورة واعية مع الله الذي هو العلة الأولى أو المحرّك الأول للوجود هم الأقرب إلى حل لغز الحياة.

عندما ترغب في ابتكار شيء ما، لا تعتمد على المصادر الخارجية فقط، بل غص أولاً في داخلك وابحث عن المصدر اللانهائي، فكل الأساليب العملية للنجاح، وكل الاختراعات المفيدة للإنسان، والإهتزازات الموسيقية الراقية، والنصوص المقدسة، مدوّنة في محفوظات الله.

إن الذين يتجاهلون الله يقطعون بأيديهم حبل نجاتهم.

إرادة الإنسان هي مولّد ضخم للطاقة، وباستخدام قوة الإرادة والرغبة في التوصل إلى مصادر الطاقة الحقيقية، يمكن للشخص أن يتصل وبسرعة مع الموزّع اللانهائي للقوى الباطنية.

من لا يرغب في القيام بعمله اليومي يحس بنقص في النشاط، أما العامل المُجد الذي يعمل بهمة وحماس فيشحن جسمه وفكره بالتيار الكوني.

* * *

من واجب الإنسان أن يطمح إلى تحقيق الأغراض السامية. إن الإهتمام بالأشياء الزهيدة وعديمة الجدوى هو تبديد لقوى العقل دون طائل.

يجب اقتلاع الأعشاب الضارة من حديقة العقل وتجميلها بزهور الحب الإلهي حتى تجتذب إليها الإله الجميل الذي يحب الجمال.

إن رغبت في أن تبقى روضتك العقلية مزهرة مزدهرة في تربة الحكمة يتعين تبسيط الحياة وجعلها خالية من التعقيد. فبإنجاز كل شيء بذهن مركّز وغير مشتت تستطيع تحليل نشاطاتك واختيار ما هو هام وجوهري وترك ما هو سطحي وغير ضروري. وحال الإنتهاء من إنجاز عمل ما، بالإمكان سحب العقل منه واستخدامه في تحقيق مطامح خلاقة أخرى.

* * *

الناس غالباً ما يفكرون بشيء آخر أثناء قيامهم بعمل ما، ولا يعرفون الطريقة الصحيحة لتركيز أذهانهم على الشيء الذي يفعلونه.

يجب أن نتعلم التفكير بشيء واحد في المرة الواحدة بكل قوانا العقلية. الإنتباه الكلي يجب أن يكون محصوراً بذلك الشيء فقط.

يجب ألا يكون الشخص فاتر الهمة فاقد الحماس والإحساس. فإنجاز الأشياء بتكاسل وتراخٍ يؤدي إلى فقدان الحيوية وبالتالي إلى الإخفاق والتعاسة. ويجب أن لا يكون المرء مجرد آلة سيكولوجية ذاتية الحركة كالحيوان الذي يتصرف بدافع الغريزة.

إنه لخطأ كبير أن لا يعمل الإنسان على إيقاظ نفسه وتفعيل قواه العقلية. فالله وهبنا تلك القوى ويريدنا أن نستخدمها خير استخدام وأن نكون على وعي ودراية تامين بكل ما نفعله.

كما يجب أن نفكر جيداً قبل الإقدام على عمل ما وأن نستخدم عقولنا بما يساعدنا على الإرتقاء وعلى إدراك وحدتنا الجوهرية مع البارئ الأعظم. وكل ما نقوم به يجب أن يكون مبنياً على تفكير سليم وتخطيط حكيم.

* * *

هناك تشبيه لعربة تجرها خيول ويقودها أو يوجهها سائق يمسك بمقود العربة أو أعنة الجياد. هذا التشبيه هو كناية عن النفس التي تستقل العربة الجسدية التي تجرها جياد الحواس. يمسك الفكر بالأعنة (الأرسنة) وتتولى الإرادة الواعية التوجيه. صاحب العربة هو في الدرجة الأولى من حيث الأهمية يليه السائق والمقاود الضرورية لكبح جماح الجياد، بعد ذلك الجياد نفسها وأخيراً العربة. وبالمثل، فإن النفس هي الأهم، يليها الإرادة الواعية، ثم الفكر الذي يتولى كبح الجماح، ثم الخيول، وأخيراً الجسد.

الفكر الدنيوي الذي يقود جسداً ضعيفاً في الحياة يسمح لدوافعه الجامحة بالجري على هواها بدلاً من تقوية بنيته الجسدية وتهذيب حواسه باستخدام ضبط النفس وتوجيهها بالتمييز الفطري نحو غايته الروحية التي من أجلها وُجدت كل هذه الأمور.

وإذ يسير فوق دروب الحواس الوعرة والشائكة فإنه يحطم عربة حياته وتتقطع به السُبل.

المريد الذي يسعى إلى معرفة الذات يدرك جيداً أن الغرض الأهم في الحياة هو البحث الجاد عن السعادة الروحية الكامنة في أعماق النفس، وفي نفس الوقت يتعلم تنمية قواه العقلية أو النفسية الكامنة وتهذيب الحواس بغية مواصلة السير على دروب التقدم نحو الهدف المنشود، محاولاً تجنب الوقوع في حفر الآلام الجسدية والنفسية.

وبعبارة أخرى، فإن المريد يدرك الطريقة الصحيحة التي بواسطتها يمكنه إحراز النمو الروحي من كل النواحي وعلى كل الصعد.

أما الدنيوي الموهوم فإن همه الوحيد هو إشباع مشتهياته الجسدية وإرضاء أهوائه، ضارباً بعرض الحائط واجبه نحو تنمية ملكاته العقلية والروحية.

* * *

الإضطرابات العصبية يمكن شفاؤها. يتعين على المتألم من هذه الإضطرابات تحليل حالته والتخلص من العواطف الهدامة والأفكار السلبية التي تدمره تدريجياً.

إن التحليل الموضوعي للمشاكل الشخصية والإحتفاظ بالهدوء في كل المواقف والظروف كفيلان بشفاء الحالات العصبية المزمنة. يجب على من يعاني من العصبية أن يتفهم حالته وأن يدرك بأن الإستغراق المتواصل في الأفكار المغلوطة هو علة عدم توازنه وعدم تأقلمه مع الحياة.

الجسم الهادئ المرتاح يريح الأعصاب ويستجلب الطمأنينة النفسية.

-

ملاحظة: هذا لا يعني عدم استشارة الأخصائيين في هذا المجال ولذا اقتضى التنويه.

* * *

في عصور وأمكنة مختلفة اكتسب الإنسان بواسطة العقل أفكاراً عديدة عن الحياة والنفس.

مثال على ذلك عندما يصيب أحد أفراد القبائل البدائية صداع يظن ذووه أن نفسه قد أفلتت من جسمه فيستدعون الطبيب الساحر كي يرد الروح إليه، فيذهب الطبيب إلى الغابة بحثاً عن النفس التي يعثر عليها ويعيدها معه في صندوق ويدخلها ثانية إلى رأس المريض فيزول الصداع بحسب الإعتقاد السائد.

وفي ثقافة أخرى فإن "تشميت العاطس" المريض يتم بوضع كلابات (حدائد معقوفة ذات رؤوس حادة) في جسده كيما لا تفلت روحه لدى العطس، بل يتم الإمساك بها بالكلابات!

ومثلما توصّل بعض الناس إلى استنتاجات خاطئة عن النفس البشرية بسبب أساليب التفكير غير السليم، هكذا بلغ آخرون – بالإدراك الفعلي – فهماً آخر، غزيراً وسليما.

نحن نعلم أن النـَفـْس ليست النـَفـَس لأن هناك بعض الأشخاص ممن ظلوا لفترة طويلة في حالة الغيبوبة دون أي تنفس، مبرهنين بذلك أن النـَفـْس لا يمكن تقييدها بالنـَفـَس. النـَفـْس أسمى من النـَفـَس ومن أية حالة جسدية أخرى.

وسواء آمن الإنسان بأنه روح أم لم يؤمن يبقى الناموس الكوني مع ذلك يحتم عليه الكشف عن طبيعته الروحية.

ومهما كان عمل الإنسان أو وضعه في الحياة فإن وعيه يتطور ويتوسع كلما استخدم ذكاءه بكيفية خلاقة ونافعة. فكل عمل بنـّاء يساعد على تطوير الإنسان وتوسيع مداركه.

* * *

إنني أحب القراءة، لكنني بالكاد أطالع صفحتين قبل استدعائي لمعالجة أمر آخر، ولهذا فقد استعضت عن القراءة بالتأمل.

وإذ أغوص في أعماق النفس تبدو الأنوار الساطعة ويهلّ الفرح الأعظم، ذلك الفرح الذي يلازمني طوال اليوم. ذلك ما أختبرته في حياتي وما يختبره كل الذين يناجون الرب المغبوط بهمس الروح وحنين الفؤاد.

الوقت أثمن من أن يُضيَّع سدىً. الله يريدنا أن نكون متوازنين. من يسمح لحياته بأن تصبح عديمة التوازن سيُعاقب من القانون الكوني.

إن عشت ببساطة ومرّنت الجسم يومياً وطالعت الكتب القيّمة المفيدة ونميّت عادة التفكر اليومي بالله ستنبض أحاسيسك بالسعادة وتجري تيارات حيوية في دمك وتفعم خلايا جسمك بالخفة والنشاط بكيفية لم تعهدها من قبل. وستحصل على كل معرفة تتوق إليها من الروح في داخلك.

على هذا النحو كانت ولم تزل حياتي. إنني لم أقرأ عشرين كتاباً منذ عشرين سنة. لستُ فخوراً بذلك، ولولا حصولي على وعي الروح الإلهي بالتأمل لكنت جاهلاً بالمرة.

عندما أنظر إلى كتاب ما أجد أن الحقائق التي يتضمنها قد أطلعني الله عليها سلفاً.

إن الأفكار السامية والحقائق تأتي جميعها من الله العليم، وإن تأملت عليه ستحصل على حكمته مباشرة.

لذلك مطالعة الكتب الجيدة أفضل من إضاعة الوقت على ضروب النشاط العقيمة، وأفضل من المطالعة التأملُ وترسيخ الوعي في الحق المطلق الذي هو الله.

* * *

هناك العديد ممن يقرؤون على الدوام لكنهم لا يستطيعون إفادتك بشيء مما يطالعونه. إن أفضل طريقة لقراءة كتاب ما

هو أن تتأمل في محتوياته لترى كيف يمكن أن تنطبق على حياتك الشخصية.

كما ينبغي التمييز الحصيف بحيث لا تتقبل على نحو أعمى كل ما تقرؤه. فما تطالعه يجب أن يشبع عقلك ويرضي منطقك. ولكي تكون جديرة بالقراءة، ينبغي للكتب أن تستحثك على التفكير وعندها ستشعر أن عقلك آخذ في التطور والإنفتاح.

إن الذين لا يقرؤون ولا يتأملون، بل يحيون حياة سطحية لا هدف لها ولا معنى، لا ينمّون أي فهم عميق ولا يكتسبون معرفة أكيدة.

التناغم يجعلنا متوافقين منسجمين مع القوة الإلهية التي تلهمنا التفكير وتشع على عقولنا بأنوار الإلهامات العليا.

التأمل هو الطريقة للوصول إلى الذات العليا.

البشر يظلمون أنفسهم إن لم يقرؤوا، لكن التفكّر هو أفضل حتى من المطالعة.. {لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ}.

* * *

التوازن ضروري في كل جانب من جوانب الحياة. من المستحسن الإحتفاظ في المتناول بمواد قراءة مفيدة ومطالعتها أثناء لحظات الفراغ. وأفضل تلك المواد من حيث الأهمية هي الكتب الروحية ثم العلمية وبعض التاريخ والفلسفة والأدب الرصين وسِير العظماء والرحلات وأي شيء آخر من شأنه توسيع المدارك ومنح الإلهام الرفيع.

يمكن للكتب أن تكون أصدقاء أوفياء، وإن كانت مختاراتك من النوع الراقي فإنك ستحصل منها على فائدة أكبر.

قد يبدو من الصعب في البداية النفاذ إلى جوهر التعاليم الروحية وأفكار العظماء، لكن بعد فترة ستجد أنك تتفكر بكتاباتهم وتتفاعل مع أفكارهم. وستشعر أنك اكتسبت شيئاً مفيداً، لأن كل أولئك الحكماء حصلوا على حكمتهم ومعرفتهم من خزانة علوم الله اللامتناهية.. أفكارٌ ربما ما كانت لتخطر على بالك مدى الحياة.

* * *

الزهور والورود جميلة ناضرة، لكن خلفها تكمن روضة أعظم بما لا يقاس حسناً ورواءً. ومع أن تلك الروضة هي في

منتهى الشفافية ومن الصعب ملاحظتها في البداية، لكن إن استطعت النفاذ إلى البُعد الروحي عن طريق باب العين الروحية ستتمكن من استكشاف ذلك البُعد الأثيري والتمتع بروائعه.

إنني أعيش في تلك المنطقة اللطيفة حيث المزايا الرائعة والأفكار الغضة الرقيقة الأطيب عَبَقاً والأزكى أريجاً من أية زهرة أو وردة أرضية. هناك ترتشف نحلة عقلي على الدوام رحيق الحضور الإلهي.

عندما نوجّه تركيز عقلنا نحو الداخل، ونعيش أكثر فأكثر في تلك الدنيا المحتجبة في داخلنا، نجد أن مزايانا الروحية تتخذ أشكالاً خاصة تعمل كنوافذ من خلالها ندرك عذوبة الله التي تفوق حد الوصف والخيال.

* * *

إن كل من يسمع أو يقرأ هذا الكلام يعرف أنني أتكلم الصدق.

لو أنني عرضت كل القوى التي وهبها لي الله لالتف الناس حولي لا محبة بالله بل بالمعجزات. لكنني لا أرغب بهذا الصنف من المريدين السطحيين. يجب أن لا تجذبهم القوة بل محبة الله وتلك هي غايتي في الحياة.

لو لم أتعرف على الله لما تحدثت بهذه الكيفية. وكل واحد يمكنه التعرف عليه إن هو رغب بذلك.

لا أحاول استمالة الناس من خلال دغدغة عواطفهم بل أتحدث إلى عقولهم وأخاطب بهم المنطق وملكة التمييز.الإيمان الأعمى لا يجدي نفعاً. يجب أن يفعّل الإنسان قوى الإدراك التي وهبها له الله وأن لا يقبل الأمور على علاتها، بل يجب أن يعرف الأسباب والمسببات والمنطق خلف توجهاته وممارساته الروحية.

لو كان لي ألف فم لتحدثت بها كلها عن الله وأهمية التوجه إليه والتعرف عليه.

* * *

الله لا يطلب من الإنسان أن يكون واجماً كئيبا، عابساً مستوحشاً قطوبا. هذا ليس المفهوم الصحيح عن الله، ولا هي الطريقة الصحيحة لكسب رضاه. كلما تزايد سلام المرء كلما تمكن من الشعور بالحضور الإلهي بمقدار أكبر. وكلما تعاظمت

سعادته كلما أصبح أكثر تناغماً مع الله. الذين يعرفون الله هم سعداء لأن الله هو ينبوع الفرح الأعظم.

يحاول الناس العثور على السعادة في الخمر والجنس والمال، لكن صفحات التاريخ تغص بقصص آمالهم المحطمة وأحلامهم التي لم يُكتب لها التحقيق. الوقت الذي صرفته في التأمل جعل حياتي مثمرة بكيفية لا يمكن تصورها.

في النشوة الروحية تكمن الهداية والحكمة الإلهية.

وعندما يتناغم الإنسان مع الله، فحتى إن أخطأ عن غير قصد سيعرف كيف يصحح الخطأ، وإن صدر عنه رأي غير سليم سيتداركه الله ويصوّبه محبة بمريده.

* * *

يجب خلق توازن ما بين المعرفة الروحية والعلوم الطبيعية. وبدون ذلك التوازن سيتعثر الأفراد والأمم وسط الشقاء والدمار. لو كان قادة العالم المعاصرون مستنيرين روحياً ويعملون معاً لتمكنوا من القضاء على الحروب والفقر من الأرض في غضون أعوام قليلة.

الوعي الروحي معناه إدراك الإنسان للحضور الإلهي في ذاته وفي كل الكائنات الحية الأخرى.

ذلك الوعي وحده قادر على إنقاذ العالم وبدونه لا أرى أملاً في السلام. فليبدأ الإنسان بنفسه لأن الوقت أثمن من أن يُبدَد سدىً.

الواجب يقتضينا القيام بدورنا لجلب مملكة الله إلى الأرض.

كثيرون يترددون في البحث عن الله، محتسبين أن الحياة ستصبح قاتمة مكفهرة، وفاقدة للرونق والمتعة. لكن العكس هو الصحيح! فالسعادة النقية التي يعثر عليها العارفون في التناغم التام مع الله تعجز الكلمات عن وصفها.

إنني في حالة من الفرح الروحي ليل نهار. ذلك الفرح هو الله، والتعرف عليه معناه تكفين كل الأحزان ودفنها غير مأسوف عليها.

* * *

إبان إقامته الموقوتة هنا، يولي الإنسان أهمية كبيرة لهذا العرض. لكن يجب عدم الإنغماس الزائد به وبأحداثه التي لا

تنتهي، لأننا إن فعلنا نبتعد عن الله الذي يحاول كل الوقت وبشتى الوسائل والطرق اجتذابنا إليه لاهتمامه الكبير بنا ولعظيم محبته لنا.

إنه يضع أمامنا كل المعجزات التي نرغب في رؤيتها: عجائب الأشياء النامية ونظام الطبيعة المتناهي الدقة.

إنه خلف الزهور والورود، ومن يبحث عنه بصدق سيجده لا محالة.

علماء الطبيعة لم يتوصلوا إلى اكتشافاتهم عن طريق الابتهالات العمياء، لكنهم اتبعوا قوانين العلم التجريبي. وبالمثل، فإن كل من يستخدم القوانين الروحية العلمية بإخلاص ورغبة صادقة سيجد الله بجانبه تلقائياً.

لقد آن للإنسان أن يفتح بصره الروحي ويدرك أن العثور على الله يلزمه رغبة متحمسة ومتواصلة ومراعاة دقيقة لنواميس الله.

* * *

إن الله يقرع بصمت أبوابَ قلوبنا وينادينا كي نعود إليه لكن معظم الناس غير راغبين في العودة. ومع ذلك
فعندما تظلم الدنيا في عيونهم ويَعلقون في فخاخ المشاكل أو يقعون فريسة المرض يسارعون في الدعاء إليه والتماس عونه.

من يُمتـّن روابط الوفاق والإنسجام بينه وبين الله في أوقات السعادة والرخاء سيجد الله بجانبه عندما يحتاج إليه. أما الذي يسوّف في تعزيز تلك العلاقة يحكم على نفسه بمواجهة مصاعبه ومصارعة تجاربه بمفرده إلى أن يتمكن – بالحكمة والتسليم الكامل – من التوجه إلى الصديق الأبدي وقرع بابه الكريم.

إن من بين حشود البشرية الهائلة قلائل جداً من يبحثون عن الله بجدية. أين الذين ظنوا أن هذه الأرض هي لهم منذ مائتي سنة؟ كلهم مضوا، ومن بينهم كلهم ربما لم يفهم حقيقة الحياة سوى قلة قليلة ممن قصدوا الله وعرفوا أنفسهم. ومع ذلك فإن كل جيل من الأجيال التالية يحتسب أن هذه الحياة حقيقية!

* * *

قبل أن يكون معنا أي إنسان آخر من كان معنا؟ الله. وعندما نغادر هذه الأرض من سيكون معنا؟ الله لا غيره. ولكن من الصعب التعرف عليه عندئذ ما لم نسعَ للتعرف عليه الآن. إن بحثتَ عن الله بصدق وعمق ستعثر عليه وسيتعزز يقينك بأنه معك دائماً، وستفارقك الهموم والأوهام ولن تنخدع بعدها أبداً.

إن كل ما في الوجود هو تجربة لإغراء الإنسان كي يبتعد عن الله. لكن الله أكثر إغراءً من أي تجربة أرضية. لو حصلتَ على لمحة واحدة منه لأدركت هذه الحقيقة ولاستطعت العثور عليه بالدعاء والتأمل الروحي والتصميم القوي.

* * *

المعبد الذي يحبه الله أكثر من سواه هو معبد السكون والسلام الباطني لمريديه، حيث يدخلوه للتأمل والمناجاة، تاركين وراءهم الدنيا ومشاغلها التي لا تنتهي.

يجب ألا ننبهر بموكب البشرية هذا الدائم البزوغ والحركة. ومع مواصلة قافلة الزمن سيرها ستدرك أخيراً أنك جزء لا يتجزأ من الكيان الأعظم. وإذ يؤسس الإنسان معبداً من الجمال والسلام الروحي في داخله سيتمكن من الإحساس بحضور الله والشعور بقربه. ما عدا ذلك فأوهام العالم كثيرة، دائمة الحضور وهمومه ملء الصدور.

كل واحد منا سيؤخذ من هذه الأرض عاجلاً أم آجلا ولذلك يجب أن نتعرف الآن على غاية الحياة. الغاية الأساسية من تجارب الإنسان في هذا العالم هي لحثه على البحث عن معنى الحياة. اجعل معرفة الله غايتك واعلم أن البحث الجاد والصادق عن سر الحياة سيجنبك الكثير من المصاعب وينقذك من مخاوف شتى.

إن توجُّس الموت أو الفشل أو المتاعب والأحزان يوقظ في المرء هلعاً كبيراً. عندما يعجز الإنسان عن مساعدة نفسه ولا تستطيع أسرته وأصدقاؤه تقديم أي شيء له يستولي عليه القنوط وتظلم الدنيا في عينيه. لكن لا حاجة له في الوصول إلى تلك الحالة. فهو إن فكر في الله أثناء حياته وتواصَلَ معه سيجده قريباً منه في الساعات العصيبة والأيام الحرجة.

* * *

إن تبيّن للأكثرية أن شخصاً ما غير جذاب فينبغي أن يحلل نفسه. قد تكون هناك بعض خصال في شخصيته تبعث على النفور. ربما يثرثر كثيراً، أو أنه معتاد على التدخل في شؤون الآخرين، أو قد يجد نفسه ميالاً لأن يخبر الآخرين عن تصرفاتهم الخاطئة وكيف يتعين عليهم أن يعيشوا حياتهم، دون أن يتقبل أي اقتراح لتحسين ذاته. هذه بعض الأمثلة عن الخصائص السيكولوجية التي تجعلنا غير جذابين للآخرين.

الإعتقاد بوجود الله والإيمان بالله شيئان مختلفان. لا قيمة للإعتقاد ما لم نختبره ونحيا به. الإعتقاد الذي يتحول إلى اختبار يصبح إيماناً، والإيمان الراسخ لا يمكن نقضه أو مناقضته لأنه اقتناع بديهي بالحق وغير قابل للتزعزع. إنه قوة عظيمة ونتائجه فورية ومدهشة. الإيمان يعمل بدقة متناهية وليس فيه احتمال للخطأ.

* * *

في عينيّ الإنسان تاريخ حياته بأسره، ولا يمكن حجبه عن الذين يحسنون قراءته. هناك عيون روحية وعيون دنيوية.. عيون غادرة ماكرة وعيون شهوانية..كل ما يفعله الشخص مدوّن في العينين، ولو حللت ما أراه في العيون لدهش الناس من فراستي.

يجب عدم فعل ما من شأنه تلطيخ العقل وتلويث النفس. الأفعال الخاطئة تحدث ذبذبات عقلية سالبة أو شريرة تنعكس في مظهر الشخص وكيانه. يجب القيام بتلك الأفعال، والتفكير بتلك الأفكار التي تغذي المزايا الطيبة التي نرغب بامتلاكها. ومن يأخذ هذه الحقائق في الإعتبار سيجد أن حياته قد أصبحت جميلة على نحو رائع.

* * *

الأصدقاء الحقيقيون نادراً ما يسيؤون فهمنا. بإمكانك التحدث بكل صراحة مع الصديق دون أن يُساء فهمك، ولكن لا يمكن للصداقة أن تنمو وتزدهر ما دام هناك أي تلميح أو مطالبة من الواحد نحو الآخر.

الصداقة يمكن بناؤها على أسس من الاستقلالية والمساواة الروحية فقط. لذلك يجب أن يكون التعامل بين الأصدقاء من هذا

المنطلق وعلى ضوء هذه الحقيقة. إن أسأت معاملة شخص ما فلن تتذوق طعم صداقته.

يوجد كثيرون ممن يسيرون على دروب الحياة دون أصدقاء. ولا يمكنني أن أتصور كيف يستطيعون متابعة المسير!

الأصدقاء الحقيقيون نادراً ما يسيؤون فهمنا، وإن فعلوا فلوقت قصير فقط. إذا ما عبث أحدهم بثقتك وإخلاصك، تابع منحه محبتك وفهمك كما لو لم يحدث شيء، تماماً مثلما ترغب أنت بالحصول على الثقة والإخلاص.

ولكن إن استمر ذلك الشخص في تصرفه الدال على الإحتقار والحقد نحوك، وظل يصفع يد المودة الممدودة نحوه، فمن الأفضل أن تسحب يدك لوقت ما.

* * *

كل واحد منا سيؤخذ من هذه الأرض عاجلاً أم آجلا، ولذلك يجب إدراك غاية الحياة الآن.

الهدف الأكبر من تجارب الإنسان هنا هو تنشيطه وتشجيعه للبحث عن معنى الحياة وغايتها. يجب عدم إعطاء الأهمية القصوى لهذا الموكب البشري. وإذ تواصل قافلة الزمن مسيرتها، سندرك أخيراً أننا جزء من الوجود الأعظم، ولهذا السبب يجب أن نجعل معرفة الله غايتنا.

إن الخوف من الموت أو الفشل أو المتاعب أو الأحزان المؤلمة يوقظ في الإنسان هلعاً كبيراً.

عندما يعجز المرء عن مساعدة نفسه، وعندما لا تستطيع أسرته تقديم العون له يكون في حالة نفسية لا يحسد عليها. لكن الله لن يتخلى عن المؤمنين به الواثقين بقدرته على مساعدتهم.

قبل أن يكون معنا أي إنسان، كان الله معنا. وعندما نغادر هذه الأرض سيكون الله معنا.

إنما لا يمكن التعرف على الله ما لم نبذل المجهود الآن ونسعى بكل إخلاص للتواصل معه والتقرب منه.

* * *

في بواكير العمر كنت أعاني من حساسية مفرطة، ونتيجة لذلك كنت أنا من تألم بدرجة أكبر.

لقد كانت عملية من العذاب الذاتي. ولأنني كنت شديد الحساسية، فقد بدا لي أن الآخرين كانوا يستمتعون بإزعاجي وسلبي راحة البال.

لا تسمح لأحد بأن يسلبك سلامك.

لم تكن مضايقتي ناجمة كلياً عن تهكم الآخرين واستهزائهم، بل كان سببها أيضاً تحسسي من تعليقاتهم. وقد اكتشفت أنه كلما كنت أجادل مع المنتقدين كلما كانوا يستمتعون أكثر.

أخيراً عقدت العزم على أن أحداً لن يستطيع تدمير سلامي الذاتي، وقلت بيني وبين نفسي: "لينتقدوا ما شاءوا لكنني لن ألقي بالاً لانتقادهم بعد اليوم."

وهذا ما حدث، إذ تجاهلت تعليقاتهم اللاذعة غير العادلة ولم أتأثر بها تماماً كما لو كانوا غير موجودين. وتدريجياً فقدوا رغبتهم في التهكم وأصبحوا أصدقائي، وبعضهم اتبع طريقي.

من العبث محاولة طلب اللطف والإحترام من الآخرين، بل علينا أن نكون مستحقين لذلك عن جدارة.

إن كنا مخلصين مع الآخرين وإن أبدينا احتراماً نحوهم وبادلناهم الطيبة والمودة، سيعاملوننا دوماً باحترام.

كما ينبغي أن لا نشل إرادة الآخرين الطيبة نحونا بحساسيتنا الشديدة عندما ينتقدوننا انتقاداً بنّاءً، بل يجب أن نتعاون مع كل من يحاول مساعدتنا.

* * *

هذا العالم سيختبر دوماً مشاكل واضطرابات. وبدلاً من الاستسلام للخوف والقلق، يجب أن يتوجه الإنسان إلى الله ويحصل على السلام والأمن والأمان، ليس فقط لنفسه بل أيضاً لأعزائه الذين وضعهم الله في عهدته.

يجب أن لا نكون شديدي التعلق بأحلام هذه الحياة العابرة وأن نكون بدلاً من ذلك على توافق وثيق مع الله.

خارج الله لا يوجد أمن في أي مكان. يجب أن ندرك صلتنا بالله علنا نتخلص من الأوهام مرة وإلى الأبد.

بالتأمل على الله نشعر بحضوره السعيد ونتخلص من كوابيس الحياة.

* * *

تمرين لإراحة الجسم وتهدئة الفكر:

شد عضلات الجسم شداً معتدلاً باستخدام الإرادة.. وبقوة الإرادة قم بتوجيه قوة الحياة (أثناء عملية الشد أو التوتير العضلي) لتغمر الجسم أو أي جزء من الجسم بالنشاط.

أشعر بالطاقة تهتز وتنبض وتشحن الجسم وتنعشه بالحيوية.

استرح واشعر بفيض من الحياة والنشاط يسري في خلايا الجسم وأنسجته.

أشعر أنك لست الجسد، بل الحياة التي تعيل الجسد.

واشعر بالسلام والحرية وبالهدوء المتزايد الذي يأتي مع تطبيق هذا التمرين.

* * *

إن كنت موجهاً بالوعي الإلهي، فحتى إن بدا المستقبل قاتماً بالمرة ستتعدل مع ذلك الأوضاع وتتحسن الأمور ولن تفشل ما دمت تسير بنور الله وتستهدي بهديه.

يجب أن نتخلص من الفكرة بأن الله بكل قواه العجيبة بعيد في السماء، وبأننا ضعفاء ومطمورون تحت أكداس من المصاعب والمشاكل على هذه الأرض.

لنتذكر أننا لسنا وحيدين، وبأنه خلف إرادتنا البشرية تكمن الإرادة الإلهية العظمى، وأن من يطلب العون بصدق وإخلاص يحصل عليه بكل تأكيد.

* * *

كل ما في الكون مترابط وتجمعه بغيره صلة وثيقة.

ومن خلال الاستخدام الصحيح للعقل البشري الموهوب لنا من الله ندرك بأن الحياة كلها متصلة بالعقل الأسمى. -

قد نظن أحياناً أننا ألعوبة بيد القدر ولكن عندما نطلق وعينا إلى ما وراء الأشكال الوهمية المحدودة ونختبر مدى إدراكنا وفهمنا، نصبح على دراية بأن في داخلنا شرارة من القوة الإلهية التي تخلق وتعيل الحياة بأسرها، وأنها بانتظار الإيقاظ.

* * *

عقدة النقص هي وليدة إدراك خفي لضعف حقيقي أو متصوَّر.

وفي محاولة للتعويض عن ذلك الضعف، قد يلجأ بعض الأشخاص لارتداء درع من الكبرياء الكاذب وينتفخون غروراً.

الذين لا يعرفون السبب الحقيقي من وراء تلك الحالة النفسية غير السوية قد يقولون أن الشخص لديه عقدة تفوق.

كلتا العقدتين تشيان بعدم انسجام داخلي وهما مدمرتان للنمو الذاتي. إنهما وليدتا الخيال وتجاهل الحقائق، ولا تمتـّان بصلة لطبيعة النفس الجبارة.

يجب ترسيخ الثقة بالذات على أسس من الإنجازات الحقيقية والإدراك بأن النفوس المستنيرة لا ينقصها شيء لأنها غنية بالله.

* * *

للجهاز العصبي وظيفتان:

الأعصاب تسمح لنا بالتفاعل مع العالم. وقد اكتشف اليوغيون في الأزمان الغابرة أن الأعصاب تعمل أيضاً على وصل الإنسان بالله.

فقوة الحياة في جسم الإنسان تنساب عادة نحو الخارج، من الدماغ والعمود الفقري عبر الأعصاب إلى الحواس وتجاربها الحسية الخارجية.

وعندما يتم التحكم بقوة الحياة تلك – عن طريق التأمل– تعكس انسيابها نحو الداخل بدل الخارج، وتسحب معها الوعي إلى المحاور أو المراكز الشفافة حيث الإدراك الروحي ومعرفة الله.

العصبية - التي هي تنبيه مفرط للأعصاب - تقيد الوعي بالجسد، في حين يستدر الهدوء الوعيَ الإلهي.

عندما تقفل بالتأمل الطاقة الخارجية العصبية وتهدّئ نفسك، تنسحب قوة الحياة من الحواس إلى مراكز الوعي الروحي ويحصل عندئذ تواصل بين جهازك العصبي والوعي السامي فتشعر بالحضور الإلهي وتصبح في أرض النور ما وراء منطقة النوم واللاوعي.

* * *

كثيرون مهتمون بنضارة الشباب، إذ بطريقة أو بأخرى الكل يبحث عن "ينبوع الشباب الدائم" ولكن ما هو الشباب؟

جميع صغار السن ليسوا بالضرورة شباباً إذ بعضهم قد شاخ فعلاً ويبدو منهكاً أكثر بكثير من عمره الحقيقي. وفي المقابل، هناك بعض كبار السن ممن يحافظون على شبابهم بالرغم من تقدم العمر بهم. فهم يحتفظون بعقولهم فتية، وحيويتهم تنساب من أرواحهم النشيطة إلى أجسامهم ووجوههم، ودماؤهم تنبض بفرح الوجود.

على نقيض ذلك، هناك أشخاص سلبيون، مزاجيون، مكتئبون، مولعون بالإنتقاد، ومثبطون للهمم، وكأنهم فارقوا الحياة – طالت أعماركم.

لا مبرر للحالات النفسية المغلوطة. يجب أن نكون دائماً إيجابيين، متفائلين، مفعمين بالحياة والنشاط، مقدرين نعم الله ومغمورين بفيض من الشباب الروحي المنبثق من أعماق كياننا.

* * *

يا إخوتي وأخواتي في هذا العالم، أرجو أن تتذكروا بأن الله واحد وبأننا أفراد أسرة كونية واحدة. وعلى هذا الأساس يجب أن نتبنى وسائل بنّاءة لمساعدة بعضنا بعضاً.. مادياً ومعنوياً ومالياً وروحياً كي نصبح مواطنين مثاليين في أرض الله هذه.

لو حاول كل فرد - في مجتمع تعداد سكانه ألف نسمة - اللجوء إلى أساليب الغش والخداع والقتال لإثراء نفسه على حساب الآخرين، لكان لكل واحد 999 عدواً. في حين لو حاول كل واحد أن يتعاون مع الآخرين ويعمل معهم وليس ضدهم، لكان لكل واحد 999 صديقاً.

وبالمثل، لو ساعدت كل البلدان بعضها البعض عن طريق المحبة، لنعمت الأرض بالسلام ولكان هناك الكثير من الفرص لتحقيق حاجيات الجميع وتعزيز رفاهيتهم.

* * *

العارفون الواصلون يجمعون في ذاتهم المزايا المثالية: الرجولية والأنثوية. عندما يحقق الإنسان حالة التوازن التام بين العقل والشعور، يكون قد تعلم واحداً من أهم الدروس التي أتى

إلى هذه الأرض من أجلها. يجب على الإنسان أن يدرك بأن طبيعته الجوهرية هي روحية وليست جسدية.

عندما ينظر الرجل والمرأة إلى بعضهما كوسيلة لإشباع غرائزهما فإنهما يجازفان بتدمير الوئام وفقدان السعادة الحقيقية. يجب على الرجل أن يُشعِر المرأة بأنها ليست معه لمجرد تحقيق شهواته الحسية، بل كشريكة ورفيقة، يقدرها ويحترمها ويعتبرها تعبيراً لأروع مظاهر الحياة وأسمى معانيها، وعلى المرأة أيضاً أن تنظر للرجل بنفس الكيفية.

عندما يحب الزوج والزوجة بعضهما محبة نقية وصادقة يختبران توافقاً تاماً على المستوى الجسدي والعقلي والروحي.

وعندما يعبّران عن حبهما تعبيراً راقياً تكون النتيجة اتحاداً موفقاً وسعادة متجددة.

* * *

عندما لا يكون الإنسان سعيداً في حياته فإنه يدرك ذلك تمام الإدراك في قرارة ذاته. هناك طريق مباشر وحيد للسعادة وهو التواصل مع الله.

الله لن يهجر الواثقين به ولن يخذل محبيه أبداً.

العارفون يمكنهم أن يرسموا معالم الطريق وينبّهوا إلى مواضع العقبات والمطبات، لكن على المريدين الجادين أن يبذلوا المجهود ويقطعوا المسافة بأنفسهم. في التناغم الروحي مع العارفين الذين هم على صلة فعلية بالله فائدة روحية للراغبين في السير على الطريق وبلوغ الهدف المنشود

* * *

طمأنينة النفس

عندما تفقد الهموم الحارقة حرارتها

تبزغ الطمأنينة برداً وسلاماً.

إنها الصارية البيضاء لقارب الحياة

يملؤها نسيم السعادة الدائمة، الخالية من الإثارة

فتدفع القارب دفعاً رفيقاً على صفحة بحيرة الرضى.

الطمأنينة هي نهر القناعة المنساب رقراقاً في اتجاه بحر السكينة بمعزل عن أمواج الهموم. إنها مظلة الروح المنتشرة

فوق عقل الإنسان وقلبه لتقي أفراح حياته، صغيرها وكبيرها من أمطار الخوف والقلق.

إنها النغمة السماوية المنبثقة من قيثارة الحياة. وهي الملح المقدس على مائدة العمر، والرذاذ المتطاير من شلالات الإنجاز وهي المزاج الرائع الرائق الذي به تساس مملكة النفس بوئام وانسجام.

الطمأنينة ليست حكراً على الخلوات المنعزلة
ولا هروباً من الجلبة والضوضاء.
بل تأتي إلى حيث ترحب بها القلوب
وتمكث حيث تأنس بها النفوس
بغض النظر عن الزمان والمكان.
إنها زهرة رقيقة حساسة
لا تتحمل اللمسات الخشنة
بل تحيا وتزهر وتزدهر
إن هي سقيت بمياه الطيبة المنعشة.
الطمأنينة هي بحيرة الشعور الساجية
الخالية من تغضنات الأحزان
التي تذرف دموع الخوف
لأقل هبّة من هبّات الجزع والكدر.
عندما تغطي صفحة النفس المطمئنة
طبقة من الثلج الأبيض الناصع النقي:
ثلج الهدوء وراحة الضمير
فلن تقوى عواصف المخاوف وأعاصير الهموم
على تعكير الصفاء والسكينة
تحت هذه الطبقة الصلدة اللامعة
لهذا التلألؤ المبارك الوضاء.
* * *
الصداقة هي أنقى صور الحب الإلهي
لأنها وليدة الخيار الحر للقلب
ولا تفرض علينا بغريزة عائلية.
الأصدقاء المثاليون لا يفترقون أبدا
ولا يقدر شيء على قطع وشائج مودتهم الأخوية.

إن كنز الصداقة هو أثمن الممتلكات
لأن الصداقة الحقيقية تلازم الروح
إلى ما وراء حدود هذا العالم.
جميع الأصدقاء الذين جمعتنا بهم أواصر المودة
سنلتقيهم ثانية في البيت السماوي
لأن الحب الحقيقي لا يموت أبداً.

* * *

كثيرون يأتون إلى الطريق الروحي، لكن الذين يثابرون حتى النهاية سيتذوقون الغبطة الروحية وينعمون بالسلام الحقيقي.

المريدون الصادقون - الذين يدركون أن طرق العالم الموحلة المظلمة تقود إلى الخيبة والإحباط – يتوجهون إلى الله ويبحثون عنه بكل إخلاص، ولا تراودهم الشكوك بقدرته على نجدتهم وجبر خواطرهم.

وسواء حصل المريد من الله على استجابة ملموسة أو لم يحصل، لا يفقد ثقته به بل يواصل مناجاته له في أعماق روحه، متيقناً أنه يسمع الدعاء وبأنه سيستجيب لنداء القلب في الوقت المناسب.

* * *

كل جزء من المادة غير قابل للفناء، وكل موجة من الطاقة غير قابلة للتلاشي حسبما برهن العلم.

وهذا ينطبق أيضاً على نفس الإنسان أو جوهره الروحي غير القابل للفناء.

المادة تخضع للتبدل، ونفس الإنسان تختبر تجارب متغيرة.

التغير النهائي يدعى موتاً، لكن الموت أو تغير الشكل لا يغير الجوهر الروحي ولا يدمره.

* * *

يا سيد الأكوان وحبيب القلوب، لتواكبنا عنايتك. دعنا ندرك بأنك الملك الرباني الأوحد المتربع على عرش طموحاتنا.

خلف بوابة الحياة والموت، أنت يا رب الهدف الأوحد والأسمى.

أنت الحياة الحقيقية، ولا وجود للموجودات بدونك.

باركنا كي نرى الخير ونسمع الطيب ونفكر الأفكار الملهمة والنافعة.

المتواضعون هم عظماء الدنيا.

يجب على المريد أن يبحث عن الله بنفسه، إذ لا يستطيع أحد أن يمنحه تلك المعرفة، بل يتعين عليه أن يعمل للحصول على الجائزة الكبرى.

عندما يعقد المريد العزم للعثور على الله ويقرن التصميم بالتأمل الجاد سيعثر عليه.

حالما تلامس الحضور الإلهي تتخطى قانون السبب والنتيجة.

السعادة التي يتصورها الإنسان ويبحث عنها موجودة في الله، والذين على تواصل معه هم السعداء حقاً.

باركنا يا رب كي نمنحك المقام الأول في حياتنا وكي لا نسمح لمغريات العالم بأن تنافس حبك في قلوبنا.

فلنفتح قلوبنا للحب الإلهي كي يدخل حياتنا ويغمرها بالنور ويزينها بورود السعادة.

كل عمل طيب نقوم به هو استثمار رابح إلى الأبد.

خلف وعي الإنسان المحدود تكمن قوة الله اللامتناهية.

الحياة البسيطة تمنح الحرية.

عندما تهدأ الأفكار يصبح بالإمكان الإصغاء للبرنامج الإلهي عن طريق لاسلكي الأشواق. وعندما نمتلك الإخلاص نجذب المخلصين إلينا، ونشعر بطيبة ومحبة الله من خلالهم.

* * *

مهما كان عمرك، إن قلت "أستطيع" فأنت شاب.

العقل الذي وهبه الله لنا هو أداة جبارة ويريدنا أن نستخدمه في عمل الخير.

كلما تأملت على الله في داخلي كلما بدا لي حضوره بوضوح أكبر في العالم من حولي.

* * *

باركنا يا رب واجعلنا نحبك حباً عظيماً
حتى نتذوق حضورك وننتشي بك
كل يوم من أيام حياتنا

بحيث يعجز العالم ومغرياته عن امتلاك قلوبنا
أو تشويشنا وصدنا عن التفكير بك.
باركنا كي نعيش كل يوم بنورك وسلامك
ولنتشوق إليك ونتلهف على التواصل معك
بدلاً من التلهف على أمور دنيوية لا ديمومة لها.
وجّه مسار حياتنا نحوك
بحيث عندما تحاول العادات السيئة
الإستحواذ علينا وربط وعينا بقيود الدنيا
تنطلق أفكارنا على جناح السرعة إليك.
العالم، يا رب، يخلق بنا القلق
في حين التأمل عليك
يجلب الأمن والطمأنينة لنفوسنا.
أنت حياتنا
وأنت حبيبنا
وحلاوة وجودنا.
بأعمق إخلاص نسجد لك
يا سيد قلوبنا.
نسألك أن تملأ حياتنا بحبك
وأن تظهر ذاتك لنا
ولكل مريديك ومحبيك.
بوذا والمحبوبة: المعلم #برمهنسا
مزيد من محاضرات المعلم

برمهنسا يوغانندا

على الرابط التالي:

www.swaidayoga.com

في الهند يعتبر بوذا أحد التجسدات الإلهية. لقد عاش قبل السيد المسيح بحوالي الخمسمائة سنة وكان ابناً لأحد ملوك الهند.

والد غوتاما (الذي أصبح يعرف فيما بعد بالبوذا أي المتنور) أحاط ابنه الأمير منذ ولادته بكل ما هو فاخر وجميل، وأغدق عليه الدلال بلا حدود. أما حفلة زفاف غوتاما فيقال أنها كانت من الروعة والفخامة بحيث لم تعرف الممالك القديمة مثيلا لها.

على هذا المنوال شب وترعرع غوتاما وبلغ طور الرجولة محتسباً أن العالم من حوله مكان لمناسبات بهيجة دائمة وأحداث سعيدة لا تنتهي.

لكن الأمير غوتاما كان متشوقاً لمعرفة العالم خارج بوابات القصر وحدائقه الغنـّاء. وذات يوم خرج متخفياً برفقة قائد عربته ليرى بنفسه العالم على حقيقته.

ولقد صعق الشاب الوسيم وتأثر غاية التأثر عندما رأى لأول مرة في حياته شيخاً هرماً واهن البنية، وشخصاً آخر يلفظ أنفاسه الأخيرة، وكذلك لرؤيته جثة هامدة.

نظر إلى جسمه الطافح بالعافية، المتدفق بالنشاط والحيوية وسأل قائد المركبة عما إذا كان جسمه أيضاً سيهرم يوماً ما وبالتالي يتحلل وتنطفئ منه شعلة الحياة. فأجابه قائد المركبة على مضض:

"أيها الأمير، إن كل الأجسام البشرية عرضة للمرض والوهن والهرم ومصيرها بالتالي الموت."

وما أن سمع ذلك حتى راح الأمير الشاب يفكر جدياً بأوهام الحياة الأرضية. وذات ليلة بينما كانت زوجته وابنه الوحيد نائمين ألقى غوتاما عليهما النظرة الأخيرة، وبعينين دامعتين غادر القصر بحثاً عن الحقيقة التي ستحرر الجنس البشري للأبد من الحزن والألم وتمنحه فهماً صحيحاً للغز الحياة والموت.

مارس الأمير ضروباً عديدة ورياضات متنوعة من التقشف وحرمان الذات. ويقال بأنه صرف سبع سنين في الصوم والممارسات الروحية الأخرى. أخيراً وبينما كان يتأمل تحت

شجرة البانيان (التين) في منطقة بوذ غايا بالهند حصل على الإستنارة الكاملة.

بعد ذلك عاود تناول الطعام بصورة طبيعية لتغذية جسمه وراح ينشر في طول الهند وعرضها مبادئ الرحمة والمحبة المتساوية لكل الكائنات الحية، بشراً وطيراً وحيواناً. كما أوصى بعدم التعلق بالدنيويات طمعاً في بلوغ النيرفانا أو حالة عدم الإشتهاء التي تخلص النفس وتحررها من العودة إلى التجسد.

فيما بعد قام أتباعه بنشر تعاليمه في كافة أرجاء الهند واليابان والصين وأجزاء أخرى من العالم.

حالة النيرفانا أو انعدام الوجود الثنائي غالباً ما يساء فهمها على أنها فناء النفس. لكن ما عناه بوذا هو فناء الشخصية المحدودة أو النفس الزائفة. فتلك الشخصية الضيقة ينبغي فناؤها حتى تتمكن النفس الخالدة من بلوغ الإنعتاق من العودة المتكررة إلى الجسم البشري.

مذهب الفناء البوذي على اعتبار أنه غاية الحياة تم استبداله فيما بعد في الهند بمذهب السوامي شنكرا مؤسس سلك السوامي في الهند الذي علـّم بأن غاية الحياة هي بلوغ الإتحاد الواعي المغبوط مع الروح الكوني دون فناء الوعي بالذات.

السيد بوذا وتلامذته كانوا ناذري العفة. وأثناء تجوالهم في الهند حصلت حادثة غريبة لبوذا حيّرت تلاميذه وجعلت بعضهم يرتاب في سلوك معلمهم.

فبينما كان البوذا العظيم يستريح معهم في فيء شجرة ظليلة اقتربت منهم غاوية وانجذبت بقوة لا تقاوم نحو جسم ووجه بوذا اللذين كانا ينبعث منهما ألق غير عادي، فوقعت على الفور في غرامه. وبنشوة من العاطفة الطاغية هرعت نحوه بذراعين مفتوحتين لتضمه إلى صدرها ولتقبله، وهي تصيح: "يا بهجة الحياة ونورها، إن قلبي ليخفق بحبك!"

ولقد فوجئ التلاميذ عندما سمعوا سيدهم يجيب الغاوية بالقول: "يا حبيبتي، وأنا أيضاً أحبك. ولكن لا تلمسيني الآن، لأنه لم يحن الوقت بعد."

أجابت: "تقول يا حبيبتي ومع ذلك تمنعني من لمسك!"

فأجاب العظيم بوذا: "تأكدي يا حبيبتي أنني سألمسك فيما بعد ولكن ليس الآن. وسأثبت مقدار حبي لكِ."

وإذ وجد أنها لم تقتنع بكلماته، أضاف قائلا: "ثقي أيتها المحبوبة بكلماتي ولا تشكّـي بها أبدا. فيما بعد، عندما يهجرك عشاقك الواقعون الآن في غرامك سآتي إليك."

خيّمت الحيرة على تلاميذه لسماعهم هذه الغراميات من سيدهم، وبعضهم ظن أن معلمهم وقع بالفعل في شراك الغاوية.

بعد سنين من تلك الحادثة، وبينما كان بوذا يتأمل مع تلاميذه، صاح فجأة: "يجب أن أذهب فمحبوبتي الغاوية تناديني. إنها بحاجتي الآن ويجب أن أفي بوعدي الذي قطعته لها على نفسي."

وما أن تفوه بهذه الكلمات حتى نهض وانطلق راكضاً، فراح التلاميذ يعدون خلفه في محاولة يائسة لتخليصه من إغراء الغاوية.

أخيراً وصل المعلم العظيم وتلاميذه إلى نفس الشجرة حيث التقى بالغاوية منذ سنين، وما الذي رأوه تحت تلك الشجرة؟

رأوا نفس تلك المرأة مستلقية على الأرض وقد أصبح جسمها الجميل منخوراً بالجدري وممتلئاً بالبثور المتقيحة الكريهة الرائحة.

ارتعد وابتعد التلاميذ عنها على الفور لكن بوذا ذا القلب الرقيق والحب العميق جلس بجانبها ورفع جسمها المتعفن فوضعه على حجره وهمس في أذنها:

"يا حبيبتي، لقد أتيت لأبرهن عن مدى حبي لكِ، ولأفي بوعدي بأنني سألمسك. لقد انتظرت فترة طويلة لأثبت لكِ حبي الصادق. إنما أحبك عندما يتوقف الكل عن حبك. وألمسك عندما لا يرغب أصحابك – أيام العز – بلمسك."

وإذ نطق بتلك الكلمات شفاها على الفور من حالتها المزرية وطلب منها الإلتحاق بأسرة تلاميذه، فلبت الطلب بعزم أكيد وفرح ما عليه من مزيد!

والسلام عليكم

توكيدات للشفاء العام

على عرشِ كلِ شعورٍ.. كلِ فكرٍ وإرادةْ،

يا ربُ أنتَ تجلسُ، وكياني تحرُسُ

أنت الفكرُ والإرادة والشعورْ

أنتَ ترشدْ.. أنتَ تهدي كلَّ فكرٍ وإرادةْ وشعورْ

كي تعملَ بهديكَ

وتتبعَ إرشادَكَ

وتصبحَ مثالكَ.

في معبد الوعي نورٌ

نورُكَ الشافي العظيمْ

ما رأته عيني قبلاً، إنما الآنَ أراهُ.

معبدي الآنَ مُضاءٌ، ليس فيه من ظلامْ!
قد غفوتُ وحلمتُ بدمار الهيكلِ
بفؤوس الخوفِ والجهلِ ونيران القلقْ
إنما أيقظتني لأرى الهيكل سليما لا حطيما!
أريدُ أن أعبدكَ، أريدُ أن أبصركَ
في كياني، في النجومْ
في خلايا الجسم تعمل بانتظامْ
وتعدّل وتصححْ كلَ عطلٍ في الجسدْ
آه كم أصبو لكي أعبدُكَ
وأراكَ في جسمي ومن حولي وفي كل الوجودْ.
أنت كليّ الوجود.
وهيامي بكَ يا رباهُ من دونِ حدودْ!
إرادتـُكْ يا رباه من خلالي تعملُ
وإرادتي بها قبسٌ من نوركَ
في كياني يسطعُ والظلامَ يدفعُ
سوف أنوي وأريدْ
سوف أعملْ وأشيدْ
لا توجهني الأنا
بل أنتَ من يوجِّهُ
وأنتَ من أسمعْ لهُ
سوفَ أنجز بالإرادة

ناشطاً دونَ هوادة ْ

فاشحنْ يا رباهُ عزمي

بإرادتكَ العظيمة.

دعنا يا رباهُ نصبحْ

مثلَ أطفالٍ صغارٍ أبرياءْ

كالذين ينعمونَ بملكوت السماءْ

حبُكَ فينا كمالٌ

وكما أنتَ الكمالُ

هكذا نحنُ أصحّاءٌ جسوماً وعقولا

أنتَ كليّ ُ الحضور.. والكمالُ في حضوركْ

نورُكَ في الجسم يسطعْ

فخلاياهُ سليمة.. تستقي من نوركَ.

دعني أدرك أنكَ تحيا بعقلي

وبروحي وكياني

وبكل ذرة من ذرات جسمي

دعني أدرك!

يا حياة ً لحياتي.. أنت كاملْ، أنت شاملْ

أنتَ في قلبي وأنتَ في دماغي

وبعينيّ َ ووجهي وبجسمي.

أنتَ من يحرّكُ قدميَّ كي أسيرْ

فهما سليمتان

قوّتـُك هي السندْ.. نشاطـُكَ هو المددْ

لا أسقط ُلأنك تعضدني

لا أقعُ لأنني

على قواكَ أعتمدْ!

أنتَ في حنجرتي

أنتَ في بطني وفي أغشيتي

كلُ عضوٍ يتوهج بالضياء.

في عمودي الفقري أنتَ تومض، تتألقْ

فهو بالقوة مشحونٌ، معافى بالتمام.

أنتَ في أعصابي تنسابُ نشاطاً خالصا

فهي بألف خير

في عروقيِ.. في شراييني تسري

أنتَ نارٌ تلتهم كلَّ الشوائبْ

وتنقي الجسمَ من كل ِ مرض.

مثلما أنتَ حبيبي، هكذا أنا حبيبـُكْ..

وأحسُ بوجودِكْ في دماغي

فهو ينبضْ بتيار الحياة.

دع خيالي ينطلقْ لما وراء الحدودْ

وليطرْ في كل صقعٍ دون عائق أو قيود.

أنا إن فكرتُ بالأمراض قد أصبحْ مريضا

وإذا فكرتُ بالصحة ِ أشعر بالشفاءْ.

كل لحظة، كل ساعة، كل يوم

أشعرُ أني قويّ ٌ ، أشعرُ أني معافى

وأحسّ ُ بالسعادة ْ والنشاطِ والفرحْ.

قد حلمتُ أنني كنتُ مريضا

فصحوتُ وضحكتُ إذ وجدتُ

أن دمعي يترقرق في الجفونْ

إنما دمعُ السرور لا الحزنْ

فأنا جداً معافى وسليمْ

رغم أحلام المرض.

يا إلهي دعني أشعر بسرور ِكْ

وبحبك وحضوركْ.

أنا إن كنتُ مطيعاً أو عنيداً

أبقى محبوبَكَ يا مولايَ للأبد.

دعني أشعر أنني دوماً معافى

وسعيدٌ في حياتي

دعني أترع غبطتكْ

دعني أدركْ يا عليما

لإرادتكَ الحكيمة ْ!

تحليل الذات: مفتاح الحياة السعيدة

المعلم برمهنسا يوغانندا

الترجمة: محمود عباس مسعود

دعنا نهجر حدود الأنا ونتجول في مروج التقدم الروحي الواسعة المترامية. وكقافلة الزمن المسافرة دوماً على دروب الحياة، هكذا ينبغي لقافلة النفس السير على دروب التمدد الأعظم نحو مشارف الروح الإلهي.

إن روح المبادرة للقيام بأهم واجبات الحياة غالباً ما تظل مدفونة تحت ركام وحطام العادات البشرية. يجب أن يحرر الإنسان نفسه من التأثير المحْبط لتلك العادات وأن يشرع بنثر بذور النجاح الذي يتوق إليه في تربة حياته. تكتسب الحياة قيمة وأهمية عندما نقوم بإنجاز أكثر الأعمال ضرورة وجوهرية: العثور على المعنى والقيم الحقيقية لوجودنا.

يجب أن يدرك الإنسان أن هذه الصور الكونية المتحركة للحياة لا تـُعرض بدون سبب. كل يوم نرى مناظر جديدة، وكل يوم يحمل دروساً جديدة ينبغي أن نتعلمها بالتركيز على الغرض السامي لوجود الإنسان: التعرف على الكائن الأسمى المحتجب خلف ستارة الحياة.

ملايين البشر لا يحللون أنفسهم على الإطلاق. ومن الناحية السيكولوجية يمكن تشبيههم بمنتجات آلية لمصنع بيئتهم. فهم منهمكون طول العمر بالفطور والغداء والعشاء والعمل والنوم والذهاب هنا وهناك طلباً للترفيه والتسلية. هم لا يعرفون عما يبحثون ولماذا يبحثون، ولا يدركون السبب من عدم عثورهم على السعادة التامة والرضاء الدائم. فبدون تحليل الذات يظل الناس أناساً آليين محكومين بظروف بيئتهم. التحليل الصحيح للذات هو أنجع طريقة للتقدم وتطوير القدرات الذاتية.

تحليل النفس يجب أن يتم بصدق ونزاهة. وأفضل طريقة لذلك هي أن يقوم الشخص يومياً بتدوين أفكاره وآماله ليقف مع ذاته ويتعرف على ماهيته الحقة دون تمويه أو تزويق. معظم الناس لا يتغيرون نحو الأفضل لأنهم لا يبصرون عيوبهم الذاتية.

كل واحد هو صنيعة البيئة والوراثة. المولود في بلد ما يبرز الخاصيات المميزة لذلك البلد. فالمولود في الصين أو في إحدى

الدول الغربية على الأرجح أنه سيظهر سمات وصفات تلك البلدان. البيئة التي يعيش فيها الفرد هي نتيجة العوامل الوراثية: المزايا والرغبات التي اكتسبها في حيوات سابقة. فالخاصيات المكتسبة من التجسدات السابقة تفضي إلى ولادة الشخص في الأسرة أو البيئة التي يجد نفسه فيها.

عندما نقرأ أخبار العائلات الشهيرة غالباً ما نلاحظ أن أبناء العظماء ليسوا بالضرورة من نفس مستوى أهلهم العقلي. وهذا الفشل الوراثي البيولوجي في الإنسان يبعث على الريبة والتساؤل: لماذا لا نجد نفس النتائج في الحياة البشرية مثلما نلاحظ في مملكتيّ النبات والحيوان حيث السلالات الجيدة تنسل عادة سلالات جيدة؟ يجب أن نسبر حياة الإنسان الباطنية بحثاً عن الجواب.

ليس من الغريب أن نجد في أسرة متخصصة في الآداب والعلوم ولداً غير مهتم إطلاقاً بالأدب. صحيح أنه وُلد وترعرع في بيئة أدبية بين محبي الأدب ومع ذلك لا توجد لديه نفس الميول. لماذا وكيف تحدث مثل هذه المفارقات؟ البيئة والوراثة لا تقدمان لنا تفسيراً منطقياً لهذه الظاهرة. لكن خلف كل هذه العوامل تكمن حقيقة العودة إلى التجسد. إننا نولد في أسرة معينة بسبب تقارب في خاصيات محددة. لكن كل فرد من أفراد الأسرة هو نفسٌ مستقلة عن سواها، وله ميزاته المجلوبة من حيواته الماضية. ولهذا السبب، وبالرغم من بعض التماثل بين أفراد العائلات من الناحيتين البيولوجية والوراثية، إلا أن كل شخص يختلف عن الآخرين في الأخلاق والشخصية.

يختار الإنسان ولادة في أسرة ما، وفي بيئة اجتماعية أو قومية خاصة لأسباب محددة تقررها أفعاله الشخصية الماضية. ومن هذا المنطلق فالإنسان هو مهندس قدَره ومخطط مصيره. يستطيع الواحد أن يتنبأ تقريباً ما سيكونه في الحياة القادمة من خلال تحليل رغباته وعاداته البارزة في هذه الحياة.

ومن هنا تكمن أهمية تحليل الذات من أجل التقدم الروحي. بعض الناس مدمنون على قراءة الروايات التراجيدية،

يعتبرونها مادة القراءة المفضلة بالنسبة لهم ويشعرون بأنهم سيتابعون الاستمتاع بها حتى نهاية عمرهم. لكنهم لو حللوا أنفسهم لوجدوا أنهم غالباً ما يصبحون مكتئبين معكري المزاج من تلك القراءة المستمرة لذلك النوع من الأدب. وبفعل ذلك الإكتئاب قد يرغبوا في كسر تلك العادة وتشكيل بدلا منها عادة قراءة الكتب الروحية التي تلهم أفكارهم وتغذي مشاعرهم بالأفكار السليمة السامية. وإن هم قاموا بذلك التغيير سيجدون أن حياتهم قد اتخذت مساراً جديداً رائعاً بفضل التمييز الواعي والتصميم القوي.

صحيح أن باستطاعتنا تغيير أنفسنا بسرعة كبيرة إن نحن أردنا ذلك، لكن تغيير أنماط ونماذج عادات السنين يلزمه مجهود فعلي وإرادة صلبة.

لاستئصال عادة قديمة وعميقة الجذور يجب تفعيل كل قوى التصميم في اتجاه معاكس إلى أن تبطل مفعول العادة السيئة وتشل قوتها. معظم الناس لا يمتلكون الصبر والأناة اللازمين لذلك. ولكن يجب أن يدرك الشخص أن ما خلقه أو فعله يمكن محوه أو إبطال مفعوله.

عندما تقوم بتحليل ذاتك امتلك رغبة قوية للقضاء على نقاط ضعفك واجعل نفسك ما ينبغي أن تكونه. لا تشعر بالإحباط أو التثبيط لدى اكتشاف الشوائب التي يسلط التحليل الصادق للنفس الضوء عليها، بل اعتبرها فرصة مواتية للتعرف على ما ينبغي معالجته في شخصيتك.

لقد قامت نظرية تقول أن الفكر هو من نتاج الغدد الصماء. ذلك المفهوم لا أساس له من الصحة. اللحم والعظم لا يمكن أن ينتجا فكراً. العقل هو المهندس الرئيسي لكل الكليات والجزئيات. ومثلما يصبح الماء جليداً بالتبريد هكذا يتخذ الفكر صوراً مادية بالتكثيف. إن كل ما في الكون هو فكر في أشكال مادية. وحتى العضو الأصم (الباطني الإفراز) هو شكل مادي لنموذج فكري مصغر.

المظاهر المادية والنفسية للإنسان هي وثيقة الصلة ومتينة الترابط، إذ لوحظ أن الشخص المريض بالكبد يصبح نزقاً سيء الطبع. فعندما يكون الإنسان مصاباً بفرط إفراز الصفراء أو باختلال في وظيفة الكبد لا يشعر بالرغبة في التبسم ولا يهش أويبش لكل إنسان يقابله! بل يشعر بالغضب والنكد. الأفكار والعواطف تتأثر بالحالة الجسدية.

عندما تتضرر الأعضاء ينعكس ذلك سلباً على القوة العقلية التي تضعف بدورها نتيجة لذلك. الذين يكثرون من أكل اللحم غالباً ما يكونون مشحونين غضباً وإغاظة. لو تغذى الإنسان على عصير العنب لمدة أسبوع واحد لشعر بالانتعاش والإنسجام مع الجميع.

كما أن الإفراط في الطعام وتناول الأطعمة غير المناسبة يخلقا ويخلـّفا في الجسد كميات كبيرة من السموم التي لها تأثير سلبي أكيد على العقل إذ تجعله خاملا كليلا، سريع التهيج والإنفعال. الصيام بين الحين والآخر على عصير العنب أو عصير البرتقال يساعد على تنظيف الجسم مما يساعد بدوره على تنشيط الدماغ وشحنه بالطاقة الحيوية. كما أنه تبين أن الصوم العلاجي ليوم واحد في الأسبوع، وأحياناً لثلاثة أيام دفعة واحدة (مع شرب الماء والعصير أثناء ذلك الصيام) يساعد على تنظيف الجسم من السموم والفضلات المتراكمة. الصيام لأكثر من ثلاثة أيام في المرة الواحدة يجب أن يكون بإشراف طبيب أو أخصائي في الصيام.

ذات مرة قابلت رجلاً عمره سبعون عاماً، كان يرتدي ثياباً خفيفة دون معطف ودون جرابات مع أن الطقس كان بارداً جداً، وقد أكد لي أنه لا يشعر بالبرد على الإطلاق! لقد عوّد جسمه على الطقس البارد. العقل يؤثر في الجسم أكثر من تأثير الجسم بالعقل، مع أن عناصر الجسم الكيماوية تؤثر باستمرار على العقل.

(ملاحظة: البحث الجاد في مدى تأثير الغذاء والتغذية على الحالة النفسية كان قد تم الشروع به قبل سنين طويلة من إبداء

المعلم برمهنسا هذه الملاحظة. الأشخاص الذي نشأوا في أماكن فقيرة وحُرموا من التغذية الصحيحة أظهروا بكل تأكيد نمواً عقلياً منقوصاً واستجابات أكثر بطئاً. إضافة إلى ذلك، فقد برهن العلم أن بعض ضروب الجنون [التي تعتبر حتى الآن غير قابلة للشفاء] قد تحسنت بصورة ملحوظة بالإستخدام البسيط للفيتامينات. كما أن أسباب بعض أنواع الكآبة والقلق وعواطف أخرى يمكن ردّها إلى اختلال في العناصر الكيماوية داخل الجسم.)

ومع أن تأثير العقل على الجسد كبير لكن ليس من الحكمة إهمال الجسد. يجب أن يتناول الشخص الطعام الصحي المناسب مفضلا إياه على الطعام غير السليم. إن اقتضت ظروفك العيش مع أناس يجعلونك عصبياً فمن المستحسن أن تغيّر الجو بين الحين والآخر. ولكن أفضل من كل هذا وذاك هو تغيير بيئتك النفسية بحيث لا تنزعج بسبب أفعال الآخرين. غيّر ذاتك وستستطيع عندها العيش بسلام وسعادة في أي مكان.

العالم ككل يشبه مصحاً نفسانياً. بعض الناس يعانون من الغيرة والحسد، آخرون من الغضب والكراهية والشهوات. إنهم ضحايا عاداتهم وعواطفهم. لكن يمكنك خلق السلام في بيئتك. حلل نفسك. للمشاعر انعكاسات أكيدة في العقل والجسم. فالحسد والخوف يجعلان الوجه يبدو ممتقعاً في حين يجعله الحب متألقاً. عندما تستطيع أن تكون هادئاً ستكون سعيداً على الدوام.

مهما كانت الذات التي يحاول الإنسان امتلاكها يجب أن يبذل مجهوداً لتحليل طبيعته الحقة وتنمية أفضل مزاياها. قد تكون للشخص ذات أخلاقية أدبية أو وطنية أو فنية، أو ذاتية رجل أعمال إلى ما هنالك. إن كان الإنسجام مع المثل الأخلاقية العليا هو هدفه فيجب أن يعيش باستقامة ويمتلك الإرادة الطيبة والنوايا الخيّرة نحو الجميع. ذلك هو جوهر الأخلاق الفاضلة. إنه الكبرياء الذي يدفع المبررين في عيون أنفسهم إلى انتقاد وإدانة الضعفاء من حولهم. لكن ذوي الأخلاق الكريمة والنفوس المتفهمة يتعاطفون مع الآخرين ولا يدينونهم بسبب أخطائهم الناجمة عن الجهل وسوء التقدير.

ذوو الميول المادية يتألمون كثيراً بدون مبرر. مثل أولئك يجب أن يتعلموا ضبط النفس وإلا فهم أشبه ما يكونوا بقطع مادية متحركة، إذ ينبغي لهم أن يدخنوا كذا سيكارة في اليوم ويجب أن يتناولوا أطعمة معينة. يصابون بوجع الرأس إن فاتهم شرب القهوة أو تناول الغداء ولا يمكنهم النوم إلا على فراش ذي مواصفات محددة. لا بأس من استخدام وسائل الراحة، ولكن يجب أن لا يسمح الإنسان لتلك الوسائل بأن تستعبده. التوازن ضروري، وما لم يوازن الشخص طبائعه العقلية والمادية والروحية فلن يعرف السعادة. ليس من الحكمة السماح للطبيعة المادية بالتسلط على حكمة الإنسان وتمييزه. الكلمة الأخيرة والقرار النهائي يجب أن يكونا دوماً للضمير والبصيرة.

العيش البسيط والتفكير السامي يجب أن يكونا هدف الإنسان في الحياة. يجب أن نحمل كل مقومات السعادة في داخلنا. هذا ممكن من خلال التأمل ومناغمة الوعي مع الفرح الروحي الدائم التجدد. الله هو الغبطة الكونية، وبالتوافق معه نحس بفرحه ونتذوق عذوبته. يجب أن لا نرهن سعادتنا قط لأي تأثير خارجي. ومهما كانت البيئة التي نعيش أو نعمل بها يجب أن نحمي سلامنا الباطني كي لا يتأثر بها. حلل نفسك واصبح ما ينبغي وما تريد أن تكونه. نادراً ما يتعلم الإنسان ضبط النفس الفعلي بل يفعل الأشياء الضارة بصالحه الأسمى ومع ذلك يظن أنه سعيد! لكن سعادته موهومة. المفتاح الحقيقي للسعادة والنجاح يكمن في عمل الأشياء التي تريد عملها لأن عملها واجب، وعدم فعل الأشياء الضارة لأن الإبتعاد عنها خير.

يجب عدم الإحتفاظ بالفكر منهمكاً بشواغل واهتمامات عديدة. قيّم تلك الأمور لتعرف ما إذا كانت هامة فعلا. الوقت ثمين وينبغي عدم إضاعته. إن قراءة كتاب واحد مفيد يساعدك على تحسين حالتك أكثر بكثير من مشاهدة الأفلام. غالباً ما أقول: "إن قرأت لساعة واحدة فاكتب لساعتين. وإن كتبت لساعتين فكـّر لثلاث ساعات. وإن فكرت لثلاث ساعات تأمل كل الوقت."

حيثما ذهبت أحتفظ بسلامي وطمأنينتي الروحيين على الدوام. البوصلة تشير إبرتها دوماً نحو الشمال. وهكذا يجب أن يتوجه الفكر دوماً نحو قطب الفرح الروحي، عندها لن يستطيع أحد إقلاق راحتك أو الإخلال بتوازنك.

يجب أن يجد الإنسان نفسه كل يوم أفضل مما كان عليه في اليوم السابق، وإلا فقد يكون سائراً إلى الوراء من حيث الصحة والسلام الروحي والسعادة. لماذا؟ لأنه لا يبذل مجهوداً كافياً للتحكم بأفكاره وأفعاله. لقد خلق الإنسان عاداته وباستطاعته تغييرها. إن وجدت نفسك ميالاً للتفكير الخاطئ فصاحب الطيبين واقرأ الكتب الجيدة وتأمل. تغيير الصحبة إن اقتضى الأمر قد يكون له تأثير إيجابي على حياتك.

عندما تعقد العزم على التغيير نحو الأفضل فتذكر أن الصحبة الطيبة والمؤثرات النبيلة هي أمور في غاية الأهمية ولا غنى عنها لتحقيق مرادك. تأثير البيئة – الطيبة أو الرديئة – أقوى من الإرادة، فضع ذلك في الحسبان في تعاملك وتفاعلك مع الآخرين.

تحليل الذات ضروري أيضاً لتحسين الذات. إن استطعت تحليل ذاتك بجرأة وعدم خوف ستتمكن من الصمود أمام تحليل الآخرين لك ولن تؤثر بك انتقاداتهم.

المهتمون في عيوب الآخرين هم كواسر بشرية. العالم فيه شرور كثيرة، ولذلك يجب أن لا يتكلم الإنسان شراً ولا يفكر شراً ولا يفعل شراً، بل يجب أن يكون كالوردة التي تنفح أريج الطيبة والنوايا الصافية والمحبة الأخوية. دع الناس يشعرون بأنك صديق صدوق.. أداة بناء لا أداة هدم. إن أردت أن تكون أفضل مما أنت عليه حلل نفسك ونمِّ المزايا النبيلة في داخلك. النفسية الطيبة تتحدث بفصاحة عن صاحبها أكثر من كلامه لأنها تطلق اهتزازات نوعية يشعر بها الآخرون ويدركون طبيعتها دون خطأ. فكـّر بالنور يتلاشى الظلام. ادرس وتأمل وافعل ما بوسعك لمساعدة الآخرين ورفع كابوس الهم والألم والخوف والحيف عنهم.

كثيرون يسيرون على دروب الحياة بعشوائية، دون هدف محدد. حدد غايتك واعمل على تحقيقها. خصص بعض الوقت لتكون مع نفسك وتناجي الله في سرك. هناك أشياء كثيرة ملهمة بانتظار معرفتها، ومع ذلك فالإنسان يصرف وقته وطاقاته على أمور غير جوهرية. السعادة لا تأتي إن لم نركـّز على حكمة العظماء ونستهدي بنورها. أفكارهم موجودة في الأسفار والكتب الروحية الأخرى لمساعدتنا والأخذ بيدنا.

لا بأس من الاستمتاع بمباهج الحياة ولكن لا بديل عن الحياة الداخلية والتأمل الباطني، لأن السعادة تتوقف على التأمل وعلى التعرف على العقول العظيمة من خلال أفكارها المحفوظة في الكتب، مثلما تعتمد أيضاً على إحاطة نفسك بالطيبين والنبلاء من الناس.

الخلوة ممتعة لمحبي التأمل، لكن ذلك لا يعني الإبتعاد عن الناس أو اعتزالهم. ومتى أردت الاختلاط بالآخرين افعل ذلك من كل قلبك وبكل محبتك وصداقتك بحيث يستأنس أصحابك بمحضرك ويتشوقون دوماً للقائك والتمتع بصحبتك الطيبة.

وعليك السلام.
تخاطر فعّال

برمهنسا يوغانندا

دخلت الصومعة وقدّمت بكل اعتزاز إلى معلمي سري يوكتسوار سلة من الخضر قائلا:

"هذه هدية لك يا سيدي! فهذه القرنبيطات الست الكبيرة زرعتها بيدي ورعيتها خلال مراحل نموها بحنان الأم لطفلها الرضيع."

وأجابني سري يوكتسوار بابتسامة ملؤها التقدير قائلا: "أشكرك. رجاء الاحتفاظ بها في حجرتك، سأحتاجها غدا في إعداد عشاء خاص."

وكنت قد وصلت للتو إلى مدينة بوري لقضاء العطلة الصيفية بصومعة معلمي الساحلية. وهذه الخلوة ذات الطابقين والجو البهيج تطل على خليج البنغال، وقد بناها المعلم بمساعدة تلاميذه.

استيقظت باكراً في الصباح التالي، منتعشاً بنسيم البحر المالح وسحر الصومعة الهادئ. وسمعت المعلم يناديني بصوته الرخيم فألقيت نظرة على القرنبيطات المشبعة بالحب والحنان، ثم صففتها بعناية تحت سريري.

وقال المعلم: "هيا بنا إلى الشاطئ." وسار في المقدمة وسرت في إثره مع مجموعة من الطلبة الصغار، فنظر إلينا المعلم نظرة عتاب وقال:

"أرجو أن تسيروا في صفين مع المحافظة على اتزان خطواتكم مع بعضها البعض."

ثم تفحصنا ونحن نمتثل له وراح ينشد ما معناه:

يا صِبيةً شِدّوا الهممْ وامشوا بصفٍ منتظمْ

وقد أعجبت بالسلاسة التي مكـّنت المعلم من مجاراة الخطوات الرشيقة لطلبته الصغار.

ونظر المعلم في عينيَّ قائلا: "قف! هل أغلقت الباب الخلفي للصومعة؟"

أجبته "أظن ذلك يا سيدي."

ظل سري يوكتسوار صامتا لبضع دقائق، وقد تراقصت على شفتيه ابتسامة شبه مكبوتة، ثم قال أخيرا:

"كلا، لقد أغفلت ذلك. والتأمل المقدس يجب عدم اتخاذه ذريعة لإهمال القيام بالوجبات المادية."

حسبته يمزح لكنه أضاف: " إن قرنبيطاتك الست ستصبح خمساً عما قليل."

عدنا أدراجنا عملا بطلب المعلم، وعندما اقتربنا من المنسك قال:

"تريثوا قليلا. أنظر يا موكندا (برمهنسا) إلى يسارك عبر صحن الدار إلى الطريق. إن شخصاً ما سيأتي إلى هناك حالا وسيكون السبب في عقابك."

أخفيت انزعاجي لهذه الملاحظات المبهمة. وفجأة رأيت في الطريق قرويا يرقص بكيفية غريبة ويحرك ذراعيه بإيماءات لا معنى لها. كدت أصعق من شدة الفضول وقد حدّقت تحديقاً متواصلا في المنظر المضحك للغاية. وحينما أوشك الرجل على الاختفاء من أمام أبصارنا قال سري يوكتسوار: "الآن سيعود."

وعلى الفور غيّر القروي خط سيره واتجه نحو الجهة الخلفية للصومعة، وإذ اجتاز درباً رمليا دخل المبنى من الباب الخلفي الذي لم أكن قد أقفلته، تماماً مثلما قال معلمي. وبعد قليل خرج صاحبنا حاملاً إحدى قرنبيطاتي الثمينة، وقد أخذته العزة في التملك فراح يمشي بهيبة ووقار.

ولم يمنعني هذا المشهد الفكاهي، الذي ظهرتُ فيه بمظهر الضحية، من مطاردة السارق الذي تعقبته بسرعة حانقة. وما أن بلغت منتصف الطريق حتى ناداني سري يوكتسوار وطلب مني العودة، وقد كان يهتز بالضحك من قمة الرأس حتى أخمص القدم، وقال مفسرا بين نوبات السرور:

"ذلك المسكين كان على باله قرنبيطة. فرأيت أن لا بأس من حصوله على إحدى قرنبيطاتك التي لم تقم بصيانتها كما يجب!"

هرعت إلى حجرتي فتبين لي أن ذلك الحرامي هو من عشاق الخضار لأنه لم يمس خواتمي الذهبية ولا ساعتي ولا نقودي التي كانت جميعها مبعثرة فوق الغطاء. لكنه زحف تحت السرير حيث سلة القرنبيط المحجوبة عن الأنظار وقد حققت أمنية قلبه.

طلبت من سري يوكتسوار ذلك المساء كي يوضح لي تلك الحادثة التي لم تخلُ من بعض ميزات محيّرة، فهز المعلم رأسه ببطء قائلا:

"سوف تفهم ذلك يوما ما. فالعلم سيكتشف قريبا عددا من القوانين المجهولة."

بعد ذلك ببضع سنين، وعندما أطلت فجأة عجائب الراديو على عالم منذهل تذكرت نبوءة المعلم. ومضت إلى غير رجعة الأفكار القديمة عن الفضاء والزمن، إذ لا يوجد الآن بيت واحد مهما كان ضيقاً لا تدخله الإذاعات (والفضائيات) العالمية على كثرتها. وقد تفتح أكثر العقول غباوة واتسع أمام الدليل القاطع لأحد مظاهر الإنسان: الوجود الكلي.

وحكاية القرنبيط الكوميدية يمكن فهمها مقارنة بجهاز الراديو. فمعلمي كان جهاز إرسال واستقبال متكاملاً. والأفكار ليست سوى اهتزازات أثيرية بالغة الرقة. وكما يلتقط الراديو الحساس برنامجاً معينا من بين آلاف البرامج المنبثة في كل مكان، هكذا كان سري يوكتسوار متقبلا لإحدى الأفكار(فكرة العبيط المهووس بالقرنبيط) من بين الأفكار البشرية التي لا يمكن حصرها، المبثوثة في هذا العالم. فلدى سيرنا نحو الشاطئ شعر المعلم برغبة القروي البسيط وعمل للفور على تحقيقها له. فالعين المقدسة لمعلمي اكتشفت الرجل راقصاً قبل أن يراه التلاميذ. وإغفالي لإقفال باب المنسك أعطى المعلم ذريعة ملائمة لحرماني من إحدى نباتاتي العزيزة. وهكذا بعد أن عمل سري يوكتسوار كوسيلة استقبال عمل أيضا كجهاز إرسال. وفي هذا الدور تمكن المعلم من توجيه القروي كي يعكس خطواته ويتوجه إلى غرفة معينة للحصول على قرنبيطة واحدة.

البصيرة هي دليل الروح وتظهر فعلا في الإنسان في تلك اللحظات التي يكون فيها الفكر هادئا. وكل إنسان تقريباً قد شعر بحدس باطني لا يمكن تفسيره، أو تمكن من نقل أفكاره بكيفية فعّالة إلى شخص آخر.

العقل البشري المتحرر من (تشويش) القلق النفسي له القدرة على إنجاز كل الوظائف المعقدة لجهاز الراديو: إرسال الأفكار واستقبالها، والتخلص من الأفكار غير المرغوبة. وكما أن قوة بث المحطة الإذاعية تتوقف على كمية التيار الكهربائي التي تستخدمها، هكذا تعتمد فعالية عقل الراديو البشري على قوة الإرادة التي يملكها كل فرد.

إن جميع الأفكار تبقى سابحة للأبد في أرجاء الكون. وبواسطة التركيز العميق يستطيع المعلم المستنير أن يلتقط ويقرأ فكر أي إنسان حياً كان أو ميتاً. فالأفكار هي ذات أصل كوني لا فردي. والحقائق لا يمكن خلقها بل اكتشافها. وأما الأفكار الخاطئة – صغيرة أو كبيرة – فهي ناجمة عن عدم القدرة الكافية على التمييز. وغاية علم اليوغا هي تهدئة العقل حتى يتمكن من سماع الإرشاد غير المغلوط للصوت الباطني، دون تشويش أو تشويه.

وقد أتى الراديو والتلفزيون بأصوات وصور الآخرين البعيدين، في نفس الوقت، إلى بيوت ملايين البشر. وهذا أول المؤشرات العلمية على أن الإنسان روح كلي. ومع أن الذاتية العمياء تحاول بشتى الوسائل الاستعلاء والاستيلاء على جوهر الإنسان، لكنه ليس جسما محصورا في نقطة معينة من الفضاء، بل هو روح كلي الوجود.

وفي هذا الصدد كتب تشارلس روبرت ريخيت الحائز على جائزة نوبل في علم وظائف الأعضاء ما يلي:

"إنه لأمرٌ غريب وعجيب جدا أن ظواهر طبيعية بعيدة الاحتمال ما زالت تظهر. وحينما تصبح راسخة لن تدهشنا أكثر مما أدهشنا ويدهشنا العلم الآن بالذي أتى لنا به في القرن الماضي. الظواهر التي نتقبلها الآن ببساطة يُعتقد أنها لا تثير دهشتنا لأنها أصبحت مفهومة بالنسبة لنا. ولكن هذا ليس واقع الحال. إن كانت لا تدهشنا فهذا لا يعني لأننا نفهمها بل لأنها أصبحت مألوفة لنا. وإن كان ينبغي لنا أن ندهش لكل ما هو غير مفهوم فيجب أن نندهش من أي شيء: من سقوط الحجر

المقذوف في الهواء، وحبة البلوط التي تصبح شجرة سنديان كبيرة، والزئبق الذي يتمدد بالتسخين والحديد الذي يجذبه المغناطيس.

"ولم يعد العلم اليوم معقدا. . . فالحقائق المدهشة وغير المتوقعة التي سيقوم أحفادنا باستنباطها هي الآن قريبة منا وتحدّق بنا إن جاز التعبير، بالرغم من عدم رؤيتنا لها. ولكن لا يكفي القول بأننا لا نراها: فنحن لا نريد رؤيتها، لأنه ما أن تظهر حقيقة غير متوقعة وغير مألوفة نحاول وضعها في الإطار العام للمعرفة المقبولة، ونسخط إذا تجرأ أي إنسان على التجريب بعد ذلك!"

المصدر: مذكرات يوغي: السيرة الذاتية

رأيتك مختبئاً

حدّقتُ في زهرة وابتهلت، وعلى الفور أبصرتك أيها الروح الإلهي مختبئا بها. لقد كانت تنفح عبير حضورك، وقد تخضّبت أوراقها ببراءتك الوردية وشعّ قلبها بذهب حكمتك.

وأبصرت قدرتك الكلية تسند ساقها النحيل وورقها الأخضر النضير. أما خفايا الحياة والخلود فرأيتها هاجعة في غبار الطلع وقد ألهمت لمستك اللامتناهية النحلة وألهبت صدرها فراحت ترتشف عذوبتك.

انعم عليّ بمعرفة عجائب خليقتك وأطلعني على أسرارك التي لا انتهاء لها، والكامنة حتى في أدق الأعشاب النابتة على جانب الطريق.

همسات من الأزل
تطويع الطبع أو التغلب على الطباع المؤذية
ليس من السهل تعريف الطباع، لكننا نعرف ماهيتها. عندما تكون في حالة عصبية مضطربة لا يكون تصرفك طبيعياً، ولا تكون الشخص الذي ينبغي أن تكونه. ونتيجة لذلك تشعر بالضيق

والانقباض. وهل من حماقة أكبر من أن يسبب الشخص لنفسه التعاسة بسبب تصرفه وردود فعله؟

لا أحد يحب الشقاء. يجب أن يحلل الشخص نفسه في المرة القادمة عندما يكون في مزاج سوداوي؟ فإن فعل سيرى أنه يجعل نفسه تعساً بائساً طوعاً واختياراً. عندما يكون في تلك الحالات النفسية النكدة يشعر الآخرون من حوله بحالته المكدرة المزعجة ولا يرغبون في الإقتراب منه أو مجالسته.

حيثما يذهب الشخص يخبر عن نفسه دون كلام، لأن مزاجه العام يحمل اهتزازاته في عينيه وكل من ينظر إليه يشعر بالسلبية المدونة بهما. وإذ يبصرون المشاعر المظلمة السوداء منعكسة في عينيه فإنهم ينفرون منه مفضلين الإبتعاد عن تلك الإهتزازات المزعجة. يجب إزالة نوبات الغضب من مرآة الفكر أولاً حتى يصبح من الممكن محو انعكاسها في العينين.

في هذا العالم يعيش الإنسان في بيت من زجاج، مكشوفاً للآخرين بحيث لا يمكنه التصنع أو التظاهر. ولذلك يجب أن يحيا حياة طبيعية. لماذا لا يتصرف بكيفية تجعل الآخرين ينظرون إليه نظرة إكبار وتقدير؟ ولماذا لا يشاهدون النبل في عينيه والفرح في وجهه؟ إن كل صفات الشخص وخصاله الطيبة محجوبة في داخله تحت طبقة من غيوم الكآبة والنكد.

ولا يلاحظ الآخرون تصرفه وحسب، بل هو أيضاً يلاحظ سلوكهم. ولأنه يميل إلى المقارنة نتيجة المراقبة الدائمة لمن حوله فإنه يقع فريسة التعاسة النفسية. أو قد ينزعج ويتكدر بسبب المصاعب المتواصلة التي يواجهها في هذا العالم. الطباع غالباً ما تكون نتيجة للمؤثرات البيئية. كل واحد منا يتأثر بطرق متباينة بالعالم من حولنا. ولكن يجب ألا نسمح لأنفسنا بالإنغماس في الكآبة بسبب الحالات والظروف الخارجية. ولماذا ينبغي أن نأخذ على عاتقنا المؤثرات المقلقة للمحيط الذي نعيش فيه؟

هناك أشخاص يلجأون لإظهار حالات نفسية سيئة تفادياً لمواجهة مشكلة أو موقف ما. ولكن هذه السلبيات ليست مخرجاً ولا صمام أمان عاطفي. من الطبيعي أن يستسلم الشخص مؤقتاً للكآبة والحزن بين الحين والآخر ولكن يجب أن لا يسمح لهذه الحالات بالسيطرة عليه.

لكل نوع من الطباع سبب معين يكمن في النفس. ولإزالة الطبع يجب التخلص من مسببه. الحاجة تمس إلى وقفة مع الذات كل يوم وفحص الأفكار والبواعث لفهم طبيعة الطباع ومعرفة الطريقة الصحيحة للتعامل معها وتصحيحها إن كانت مؤذية. ربما تجد نفسك في حالة لا مبالاة، غير راغب في أي اقتراح يبديه الآخرون. والحالة هذه من الضروري بذل مجهود واع لاستحداث حالات إيجابية مشوّقة. احترس من اللامبالاة التي تعرقل التقدم وتشل قوة الإرادة.

أو قد يكون الشخص مثبَّطاً مُحْبطاً نتيجة للمرض، محتسباً أن لا قدرة له على استعادة صحته ثانية. والحالة هذه يجب استخدام قوانين العيش الصحيح لخلق حياة صحية مثمرة وقائمة على أسس أدبية وأخلاقية. كما يجب التوجه إلى الله العلي القدير بالدعاء لامتلاك إيمان أعظم بقوته الشافية.

إن كان الشخص قد أقنع نفسه بأنه فاشل ولا يمكنه النجاح في أي شيء، فينبغي تحليل المشكلة والتأكد ما إذا كان قد بذل كل جهد مطلوب.

الله يتولى إدارة الكون بأسره، حتى أدنى وأدق التفاصيل، والإنسان مخلوق على صورته. لذلك لا يمكننا خلق الذرائع والمبررات للفشل. لا تخشَ العمل مهما كان شاقاً لأن العمل "يجوهر" الجسم ولا يؤذي أحداً. مع ذلك يجب أن يتعلم الشخص كيف يعمل ويفكر بهدوء. عندما تكون نشيطاً وهادئاً في نفس الوقت تستطيع إنجاز ما تريده، لأن الذهن يكون صافياً.

بالإضافة لعدم بذل المجهود اللازم من أجل النجاح فإن معظم الناس غير نشيطين ذهنياً أيضا. فهم يصرفون وقتاً كبيراً في عدم التفكير. هذا يعتبره البعض راحة واسترخاء. لكن في الإسترخاء الفعلي يكون الفكر نشيطاً وهادئاً في نفس الوقت.. إذ قد يفكر في تلك اللحظات الهادئة بالله أو بمنظر جميل أو بتجربة تبعث على السرور النفسي. العمل العقلي الإيجابي الهادئ منعشٌ ومنشـّط. ومع هذا فإن العديد من الناس يخلطون المجهود الخلاق بالإجهاد ويعملون في حالة عصبية متوترة.

التفكير الخلاق هو أفضل ترياق للطباع غير السوية. تتسلط الطباع على الوعي عندما يكون الشخص في حالة نفسية سلبية

أو منفعلة. عندما يصبح العقل فارغاً من الأفكار الإيجابية يصبح صاحبه مكتئباً وتتألب عليه الهموم. ومع الاكتئاب والهم يحل الشيطان ضيفاً على أفكار ذلك الشخص ويبسط سيطرته التامة على المضيف!

لذلك اعمل أيها الصديق على تنمية الأفكار الخلاقة. وعندما لا تكون منهمكاً بعمل جسدي افعل شيئاً خلاقاً في فكرك. احتفظ به منشغلا بحيث لا يتبقى متسع من الوقت للانغماس في التوتر والقلق.

التفكير الإبداعي مدهش ورائع كالعيش في عالم آخر. كل واحد يجب أن ينمّي هذه المقدرة. إنني نادراً ما أفكر بكلمة واحدة من محاضراتي – وهذه إحداها – قبل إلقائها. لكنني ما أن أدخل في صلب الموضوع حتى تبدأ نفسي بالتحدث إليّ عن أمور عجيبة. عندما تفكر بكيفية مبدعة لا تشعر بالجسد أو الطباع المكدرة، لأنك في تلك اللحظات تكون في تناغم مع الروح الإلهي.

لقد صيغ ذكاؤنا على صورة الذكاء الإلهي الخلاق الذي بواسطته كل شيء مستطاع. فإن لم نعِش في ذلك الوعي نمسي صرّة من الطباع المعقدة. وبالتفكير الإيجابي المبدع نقضي على تلك الطباع. كما أننا بالتفكير المبدع نعثر على الأجوبة والحلول لكل مسائلنا ومسائل الغير ومشاكلهم.

الطباع السيئة هي كالسرطان تنهش سلام النفس نهشاً. ولهذا السبب بالذات لا يتمكن صاحب الطباع الشرسة من التخلص من مصاعبه ومتاعبه.

مهما كانت أحوال الشخص سيئة لا ينبغي له الاستسلام لنوبات السخط. باستطاعته أن يكون منتصراً في أفكاره. عندما يفشل صاحب الطبع الحاد يرفع يديه ويعلن هزيمته. لكن الذي يُبقي عقله غير مقهور هو الظافر المنتصر في معركة الحياة حتى ولو كان العالم ثائراً كالبركان من حوله.

أيريد الإنسان أن يكون سجيناً أم حراً طليقاً؟ عندما يقيد نفسه بشدة في طباعه يصبح عاجزاً عن الإستمرار في مقارعة ظروف الحياة. وحالما يسمح للمزاج السلبي بأن يلف عقله تصبح الإرادة واهنة والعزيمة واهية. الطباع تغلف الدماغ بضباب

الحيرة والتشويش وتعطب الحكم الصائب بحيث تذهب الجهود المبذولة أدراج الرياح.

بوسع المرء أن يقهر طباعه مهما بدت فظة وفظيعة. أولاً يجب أن يصمم على أنه لن يكون نكداً عابساً بعد الآن. وإن زارته نوبة من المزاجية بالرغم من تصميمه يجب أن يحللها ليعرف كيف تسللت إليه وأن يعمل شيئاً بناءً حيالها.

كما ينبغي عدم القيام بأي شيء دون اكتراث بل بتركيز ذهني دقيق وعميق. يجب الإنهماك بالنشاطات الخلاقة لأن الله منحنا قدرات لا حد لها. وما هو مبرر الاستسلام للفشل النفسي عن طريق الإنغماس في الأفكار الصفراوية السقيمة؟ يجب أن يحرر الإنسان نفسه من الحالات النفسية المدمرة التي هي بمثابة المكابح على عجلات التقدم الفعلي. وما لم يتم تحرير العجلات من المكابح القابضة لا يمكن التحرك والإنطلاق. ذكـّـر نفسك كل صباح بأن الله معك ومهما كانت مصاعبك فإنك تمتلك القدرة للتغلب عليها. إنك الوريث الشرعي لقوى الروح الأعظم، ولذلك فإنك أقوى من الظروف وأكبر من الأحداث.

الولد النابه الذكي لا يطيب له معالجة المسائل السهلة، بل يستمتع بمعالجة الصعب منها. لكن أناساً كثيرين يتهيبون مسائل الحياة. إنني لم أرهبها قط، لأنني ابتهلت على الدوام "إلهي لتتزايد قوتك بي. احفظني في الوعي الإيجابي علني بعونك أتمكن دوماً من التغلب على صعوباتي."

فكر تفكيراً بناءً حول مشكلة ما إلى أن لا تستطيع التفكير بعدها. عندما أكون في صدد معالجة مسألة ما فإنني أذهب إلى أقصى حد لتغطية كل الخطوات المحتملة من أجل حلها، إلى أن أستطيع القول بأمانة وإخلاص: "لقد بذلت قصارى جهدي وهذا كل ما أستطيع فعله." من ثم أنسى المسألة.

الشخص الذي يحتفظ بهموم المشاكل في وعيه يصبح عصبياً مكدراً. تحاشَ ذلك. عندما تبزغ مشكلة ما، فبدلا من إمعان النظر فيها، فكـّـر بكل وسيلة ممكنة لتخليص ذاتك منها. إن كنت غير قادر على التفكير، قارن قلقك بمتاعب مشابهة للآخرين وتعلم من اختباراتهم معرفة السبل المؤدية إلى الفشل وتلك المؤدية إلى النجاح. انتق الخطوات التي تبدو أكثر منطقية

وواقعية، واعكفْ على تنفيذها. إن مكتبة الكون بأسره مخزونة في نفسك. كل ما تريد أن تعرفه موجود بك. ولإظهار ذلك ما عليك إلا أن تفكر تفكيراً مبدعاً خلاقاً.

الطباع الحادة تثلم الفهم وتبلـّد المشاعر بحيث يصبح من المستحيل للشخص أن ينسجم مع الآخرين. الحياة البيتية يجب أن تكون معبداً سماويا، لكن الطباع تجعلها جهنماً مأساوياً. يأتي الزوج إلى البيت فيجد زوجته في مزاج مكتئب فيتعذر عليه التفاهم معها. أو قد يعود إلى المنزل بطبع كريه فلا تستطيع التفاهم معه. متاعب جمة تحدث للناس بسبب الطباع. عندما يكون أحد أفراد أسرتك يغلي كالمرجل من الغضب أو عديم المبالاة فإنك تتأثر على الفور بطبعه. أو ربما تذهب إلى أحدهم بفرح عظيم ولكنه محب للشجار وأخيراً يسمعك كلاماً جارحاً، فيتلاشى فرحك على الفور وترغب في معاملته بالمثل. لا تسمح لطباع الآخرين بإيذائك.

من السهل أن يثأر الشخص لنفسه، لكن تقديم المحبة هي الطريقة الأنسب لتلطيف غضب الآخرين وتفادي شرهم. تلك المحبة يجب أن تكون خالصة، لأنها عندما تنبع من القلب يكون لها مفعول سحري.

يجب أن لا ننظر إلى النتائج حتى لو قوبلت محبتنا بالاستهتار. المحبة أقوى من الكراهية وتأثيرها ناجع ومدهش.

هل تعلم أن روضة رائعة تكمن في روحك؟ روضة عجيبة من الأفكار، عابقة بالمحبة والطيبة والفهم والسلام.. روضة تفوق جمالا وبهجة كل الزهور والرياحين الأرضية. إنك تخلق زهرة عطرة كلما أساء أحدهم فهمك بفعل نوبة من نوبات الغضب وقدمت المحبة باستمرار. أليس أريج تلك المحبة وذلك الفهم أكثر بقاء ونقاء من أي وردة طبيعية؟ لذلك فكر دوماً أن عقلك هو بستان واحتفظ به جميلا وفواحاً بالأفكار المقدسة الزكية. لا تسمح له أن يمسي مستنقعاً موحلا يعج بطباع الكراهية الكريهة. إن نميّت أزاهير السلام والمحبة المضمخة بالعبير السماوي فإن نحلة الوعي الروحي ستنجذب إلى حديقتك. إذ مثلما تقصد النحلة فقط تلك الزهور التي يفوح منها أريج الشهد، هكذا يزورك الله عندما تعبق حياتك بالأفكار الوردية العذبة. وطـّد العزم على أنك

لن تسمح لأعشاب الشر والغضب الضارة المنتنة بالنمو في روضة مزاياك الروحية الطيبة. وكلما نميت الخصال المقدسة الشبيهة بالزهور الناضرة كلما أظهر الله لك حضوره القدسي في ذاتك.

تقول كتب الحكمة الشرقية أن الهادئ المطمئن أمام الصاحب والعدو على السواء.. الذي لا يتأثر بالثنائيات من دفء وبرد ولذة وألم، ذلك الإنسان عزيز جداً على الله. وبمنحك المحبة على الدوام لذوي الطباع الفظة القاسية، والسلام لمن تضايقهم المخاوف وتعتصرهم الهموم، والعذوبة لذوي المزاج المر، والسرور للمشحونين تعاسة وشقاء، وبجعل نفسك قدوة للمتردين في دروب الخطأ والخطيئة، تقضي على الطباع بإبقاء الفكر منهمكاً في الأمور النافعة الخلاقة.

غالباً ما أقول "إن قرأت لساعة واحدة اكتب لساعتين، وإن كتبتَ لساعتين فكّر لثلاث ساعات، وإن فكرت لثلاث ساعات تأمل كل الوقت."

الله هو مستودع السعادة الكلية، وبالإمكان التوصل إليه في حياتنا اليومية. لكن الإنسان غالباً ما يشغل نفسه بأمور تفضي إلى التعاسة. التأمل هو أفضل طريقة للقضاء على الطباع السيئة والعيش في عالم عجيب.. عالم كالذي أدركه ذلك الحكيم العظيم عندما قال: "يا رب كنت أترنم بإسمك المبارك ففقدت ذاتي بك، وعندما عدت إلى هذا الوعي وجدت أنني خرجت من جسمي القديم لأجد ذاتي في جسم جديد وهبته لي!"

هناك حكاية مماثلة في الهند عن قديس آخر. كان أحد الشبان قد توفي للتو ونـُقل جثمانه إلى المحرقة. وبينما كان النادبون المشيّعون على وشك إضرام النار ظهر فجأة شيخ يهرول ويصيح "توقفوا، لا تشعلوا النار، سأستخدم ذلك الجسد." وحالما نطق تلك الكلمات سقط جسم العجوز على الأرض ميتاً في حين نهض الشاب من كومة الحطب وسارع الخطى باتجاه الغابة. لقد كان الشيخ قديساً عظيماً ولم يرغب في قطع عبادته بالعودة للحياة في جسد وليد عاجز عن الحركة فلذلك قرر استخدام جسم الشاب لمواصلة ممارساته الروحية.

هناك أشياء كثيرة مدهشة عن الحياة والموت بانتظار التعرف عليها. التأمل هو السبيل. يجب أن نحيا في انسجام مع طبيعتنا الإلهية وتوافق مع الله. الموت يروّع الإنسان لأنه أبقى الله خارج نطاق حياته.

كل الأشياء المؤلمة تبعث في نفوسنا الرعب والهلع لأننا نحب العالم دون فهم مغزاه وغايته. لكن عندما نرى الله في كل شيء ينعدم الخوف. إننا "نولد" دوماً في الحياة وفي الموت أيضاً. في الحقيقة الموت هو تسمية مغلوطة لأنه لا يوجد موت أصلاً. فعندما تسأم الحياة تخلع معطف اللحم الكثيف وتعود إلى العالم الأثيري اللطيف.

الموت يعني نهاية. فالعربة ذات القطع التالفة هي عربة ميتة لأنها أتت إلى نهاية. لكن النفس الخالدة لا يمكن أن تفنى. كل ليلة أثناء النوم تعيش النفس في الجسم الأثيري دون وعي بالجسد المادي. فلو كان فقدان الوعي الجسدي يعني موت الإنسان لماتت النفس عندما ننام. لكننا لا نموت عندما ننام ولا نفقد الشعور كلياً لأنه لدى استيقاظنا نتذكر ما إذا كان نومنا هادئاً أو غير مريح. وبالمثل فإننا لا نموت بعد الموت.

الذين يسمحون لعقولهم بالتحجر هم الميتون فعلا. ولكي تحل لغز الحياة ينبغي أن تولد من جديد كل يوم. هذا معناه يجب أن تجتهد يومياً لتحسين ذاتك بكيفية ما. وعلاوة على كل شيء يجب أن نبتهل لله كي يهبنا الحكمة لأنه مع الحكمة يأتي كل شيء.

يجب تنمية الفهم والتفكير الخلاق والقيام بالأعمال النافعة البناءة من أجل تحسين ذواتنا ومنفعة الآخرين. يجب على كل من يصبو لدخول مملكة الله أن يساعد الآخرين كل يوم على قدر طاقته. ومع اتباع هذا النهج سيحس الشخص بسرور نابض يبدد الطباع غير المرغوبة. ذلك السرور هو أيضاً مؤشر لا يخطئ على التقدم العقلي والجسدي والروحي. ولا بد أن تبلغ المستويات العليا بكل تأكيد لأن ذلك السبيل يوصل إلى ملكوت الله.

يجب بذل قصارى الجهد للتغلب على الطباع لأنه حالما يشعر المرء بالانقباض والنكد ينثر بذور الخطأ في تربة نفسه.

الإسترسال في الطباع الخبيثة هو موت تدريجي. أما محاولة الشعور بالبشاشة والإستبشار يومياً بالرغم من كل الاختبارات المعكرة المكدرة فيعني ولادة جديدة مجيدة. وما لم تتحول هذه الولادة البشرية إلى ولادة روحية سامية فمستحيل أن يتجدد الإنسان بل يبقى (مطرحك يا واقف).

الطباع معدية. وفي أوقات الهم والإكتئاب فقد تؤثر سلباً على قطاعات كبيرة من الناس. يجب أن لا يأخذ الإنسان الأحداثَ التعيسة للحياة على محمل كبير من الجدية. الأفضل أن تضحك قليلا بدلا من الحزن والولولة على كل سوء طالع قد يعترض سبيلك.

رائع أن يكون الإنسان متفائلا ويحاول الإبتسام دوماً.

عندما يظهر الشخص الشجاعة أو الفرح أو أياً من المزايا الإيجابية يولد من جديد، بمعنى أنه يتجدد وعيه بإظهار طبيعته الروحية الحقة.

وتلك هي الولادة الروحية الجديدة التي تؤهلنا لمعاينة ودخول ملكوت السماء.

والسلام عليكم.

الصداقة: الأسس والديمومة

الصداقة هي أسمى تعبير بشري لرغبة الله في إظهار حبه للإنسان.

الله يغدق العطف والحنان على الوليد من خلال الأب والأم.. فشعورهما نحو الرضيع فطري غريزي، لأن الله قضى بأن لا يمكن لأبوينا إلا أن يحبانا. أما الصداقة فتأتينا كتعبير نقي عن محبة الله غير المشروطة لنا.

غريبان يلتقيان، وباختيار فوري لقلبيهما يرغبان في مساعدة أحدهما الآخر. هل سبق وحللت هذه الظاهرة؟ إن الرغبة التلقائية المتبادلة للمصاحبة تأتي مباشرة من قانون الجذب الإلهي المقدس. فأفعال الصداقة المتبادلة والمعززة بين نفسين من حيوات سابقة تخلق تدريجياً رباطاً روحياً يجتذبهما لبعضهما في هذه الحياة – أينما كانوا – بكيفية لا تقاوم.

وما لم يتلوث هذا الدافع بالأنانية والإنجذاب نحو الجنس الآخر، فهو طاهر نقي. لكنه للأسف غالباً ما يكون مشوباً بالاعتبارات غير النقية.

تتفتح الصداقة وتزدهر كزهرة ندية على شجرة مشاعرنا الوجدانية، وتتدنس بالرغبات الفاسدة الكريهة والتصرفات الأنانية الإستئثارية.

فلو وضعتَ نوعاً مغايراً من السماد على جذور شجرة ما ستأتي الثمار هزيلة سقيمة. وبالمثل عندما يغذي الشخص شجرة الصداقة بمشاعر الأنانية فإن بواعثه غير الجديرة بالاعتبار تشوه ثمار الصداقة وتلحق بها التلف. إن الإهتمام بشخص ما لمجرد أنه غني أو صاحب نفوذ وبمقدوره أن يفعل شيئاً ما من أجلنا لا يمكن أن يدعى صداقة. كما أن الإنجذاب لشخص ما بسبب امتلاكه وجهاً جميلاً ليس صداقة أيضا. إذ عندما يفقد ذلك الوجه جاذبيته الفتية الفتانة ستتبخر "الصداقة" وتصبح في خبر كان.

صحيح أنه من الصعب العثور على الصداقة في كل مكان. بعض الأشخاص تراهم كل يوم ولا تعرفهم أبدا. آخرون تشعر أنك تعرفهم حق المعرفة حتى ولم تقابلهم من قبل. يجب أن يتعلم الإنسان ويدرك ذلك الحدس الباطني الصائب.

احتفظ بعينيك مفتوحتين حيثما كنت، وإن شعرت بانجذاب وجداني صادق نحو شخص ما فيجب تعزيز الصداقة مع ذلك الشخص لأنه كان صديقاً لك من حياة سابقة.

هناك أصدقاء كثيرون عرفناهم من حيوات ماضية، لكن لم تنضج تلك الصداقات في حينها ولم تكتمل بعد. من الأفضل الشروع في البناء على أساسات تم وضعها سابقاً بدلا من الحفر لإرساء دعائم على رمال التعارف الوقتي. من السهل أن يفكر الواحد أن له أصدقاء كثر حتى يسببوا له ألماً أو يلحقوا به ضرراً فيشعر عندها بالخيبة المريرة.

(عاشر أناساً بالذكاءِ تميّزوا واخترْ صديقكَ من ذوي الأخلاقِ)

هناك العديد من الأشخاص ممن يرتكبون غلطاً في انتقاء الأصدقاء لأنهم منخدعون بالمظاهر السطحية. الطريقة الوحيدة لتمييز الخلان القدامى هي أن تتأمل وتسأل الله أن يجمعك بهم.

يجب محاولة العثور على الأصحاب بطريقة سليمة مقدسة. هذا معناه تطهير الوعي من كل تفكير بالوجه الجميل أو بأية مظاهر أخرى تعتبرها عوامل جوهرية تحدد مشاعرك نحو الآخرين. إن فعلت هذا ستتمكن ذات يوم بفضل الله من العثور على أصدقاء صادقين حولك أينما كنت، وسيجمع الله أيضاً شملك ولو بالروح مع أصدقاء بعيدين عنك لأن المشاعر النقية لا تخضع لقوانين المادة وغير مقيدة بالزمان والمكان. وستشعر بحب الله من خلال تلك الوسائل البشرية المتواضعة التي لا تقاومه بل تسمح لمودته بالانسياب من خلالها صافية نقية. فمن أنقياء القلب تأتي بركات الصداقة المقدسة إليك وتشع بأنوارها عليك.

مستحيل اجتذاب الأصدقاء الحقيقيين ما لم يتم إزالة بقع الأنانية والصفات غير المستحبة من أخلاق الشخص. إن أعظم فن للمصادقة والتصاحب هو التصرف بكيفية نبيلة محترمة. هي أن يكون الشخص روحيّ الطباع، نظيفاً في دوافعه ونواياه، غير أناني، بعيداً عن الأوهام والإيهام، وأن يشرع في بناء صرح الصداقة العظيم على الأسس التي سبق وضعها في الماضي البعيد.

(لعمْرُكَ ما شيءٌ من العيش ِ كلـِّهِ
أقرَّ لعينيَ من صديقٍ موافق ِ
وكلّ ُصديقٍ ليسَ في الله ودّهُ
فإننـــــــي في ودّهِ غيرُ واثق ِ)

الصداقة والمودة يجب أن تتواجد في كل العلاقات البشرية: بين الآباء والبنين، بين الأزواج والزوجات، بين الرجال والرجال، بين النساء والنساء، وبين الرجال والنساء كأخوة وأخوات. إنها خالصة متحررة من القيود والشروط. عندما تشعر بالرغبة في مصاحبة الآخرين، فالذي تشعر به هو حضور الله.

الصداقة هي دافع إلهي. إن الله لا يكتفي برعاية عياله البشر من خلال الوالدين وبعض الأقرباء لا غير. إنه يأتي أيضاً بصورة الأصدقاء لكي يمنحنا فرصاً للإعراب عن حب خالص نقي من أعماق قلوبنا.

كلما تضاءلت العيوب البشرية وبزغت الخصال الحميدة في حياة الإنسان، كلما ازداد عدد أصدقائه. لقد كان الأنبياء والعظماء

أصدقاء الجميع، ولكي نكون مثلهم يجب أن ننقي محبتنا من شوائب الأنانية.

عندما نستطيع إقناع الآخرين بمودتنا..

وعندما نتيقن من خلال تجارب الزمن واختبارات أخرى أن شخصاً ما يودنا فعلا من روحه..

وأننا كذلك نشعر نحو ذلك الشخص بنفس الكيفية..

ليس من أجل مكاسب شخصية بل لمجرد الإحساس بنبض الصداقة..

فإننا نرى انعكاس الله.. ونلمس حضور الله..

ونسمع صوت الله في تلك الصداقة المباركة.

يجب أن لا نسمح لمودتنا بأن تبقى حبيسة شخص واحد، بل ينبغي توطيد دعائم هذه المودة القدسية في الآخرين من ذوي المثل النبيلة.

إن حاولتَ – رعاك الله – بناء صداقة مع شخص سيء القصد والنوايا فسيخيب ظنك. صاحِبْ الطيبين أولا، ومن بعدها تابع بث مشاعر الإلفة للآخرين حتى تشعر بالمودة نحو الجميع إلى أن تتمكن من القول: "أنا صديق الجميع."

لقد شعر الأنبياء العظام بالمحبة نحو الآخرين فصفحوا الصفح الجميل وأهابوا بالبشر كي يعفوا عن الإساءة ويترفعوا عن المقابلة بالمثل.

الصداقة الصادقة هي محبة مقدسة لأنها نزيهة، نقية، وحقيقية ودائمة.

لقد وصف أحد الفلاسفة الروحيين الصداقة وصفاً رائعاً عندما قال:

"إن أسمى عهد يمكن أن نعقده مع أصدقائنا هو القول: ليكن الحق ما بيننا إلى الأبد. ما أجمل أن نقول عن فلان: ليس من الضروري أن أقابله أو أتحدث إليه أو أراسله لأبرهن له عن صداقتي.. ولسنا بحاجة لإرسال الهدايا لتأكيد صداقتنا وتذكّر بعضنا.. فأنا أثق به وأعتمد عليه اعتمادي على نفسي أينما كان وكيفما كان.."

باستطاعتنا التحدث بكل راحة وصراحة مع أصدقائنا دون أن يسيئوا فهمنا. ولكن لا يمكن للصداقة أن تنمو وتترعرع ما دام

هناك أي تلميح أو تصريح، أو مطالبة بشيء من الواحد نحو الآخر.

الصداقة لا يمكن بناؤها إلا على أسس من الحرية والمساواة الروحية. لذلك يجب أن نعامل الجميع على هدي ذلك النور المبارك، مدركين أن كل إنسان هو صورة الله. إن أسأتَ معاملة شخص ما فلن تتذوق طعم صداقته.

يوجد الكثير ممن يسيرون على دروب الحياة دون أصدقاء. لا أستطيع أن أتصور كيف يمكنهم متابعة المشوار.

الأصدقاء الحقيقيون نادراً ما يفهموننا خطأ. وإن فعلوا فلوقت قصير فقط. إن عبثَ أحدهم بثقتك وولائك واصلْ منح محبتك وفهمك له كما لو لم يحدث شيء تماماً مثلما تأمل بالحصول على الفهم والمحبة من الآخرين.

ولكن.. إن استمر ذلك الشخص في تصرفه الدال على الإحتقار والحقد نحوك، وظل يصفع يد المودة الممدودة نحوه، فمن الأفضل عندها أن تسحب يدك إلى أن يصحح سلوكه ويصبح أهلاً لأن يستحق شرف الصداقة.

الصداقة يجب أن تبدأ في البيت. فإن وجدت في أسرتك واحداً منسجماً معك بصورة خاصة، اعمل على تنمية المودة مع ذلك القريب أولا. بعد ذلك إن شعرت بالإنجذاب نحو شخص من بين معارفك ذي مُثل مشابهة فحاول تعزيز تلك الصداقة.

يجب القضاء على كل الرغبات وليدة الأنانية والمشاعر الجنسية بين الأصدقاء. ويجب توطيد العلاقات الودية مع الطيبين من الناس. كلما تأملت كلما تعرفت على أصدقاء الماضي. فالتأمل يوقظ ذكريات هاجعة لأصدقاء عرفتهم وأحببتهم في ماضيك البعيد.

هناك الكثير من الأشخاص الذين أبصرتهم بالرؤيا الروحية أولا ثم التقيت بهم فيما بعد.

الصداقة هي قوة كونية عظيمة. فعندما تكون رغبتك في الصداقة قوية، وإن وُجد شخص مجهول متناغم معك روحياً حتى في القطب الجنوبي فإن مغناطيسية الصداقة ستقربكما بكيفية ما من بعضكما.

الأنانية وحدها لها القدرة على إتلاف مغناطيس الإئتلاف في نفوسنا.

من يفكر بنفسه كل حين يقوّض دعائم الصداقة ويعبث بمقدساتها.

هؤلاء الأشخاص لا قدرة لهم على اجتذاب الأصدقاء لأنهم عاجزون عن التوسع وتقبّل خيرات الحياة. لقد وهبك الله أسرة، أيها الصديق، لعلك تتعلم أولا كيف تحب الآخرين ثم تمنح نفس المحبة للجميع.

إن أحبابنا يؤخذون منا بالموت وظروف أخرى لعلنا نتعلم عدم محبة الأشخاص في العلاقات البشرية وحسب، بل محبة الحب ذاته.. ذلك الحب الذي هو الله الموجود خلف كل الأقنعة البشرية. ومع امتلاك الحب الإلهي سنتمكن من محبة الجميع كمظاهر متعددة لسيد الأكوان.

الصداقة معناها استثمار محبتنا بعيداً عن الاعتبارات الذاتية. في الحياة الزوجية هناك الإرغام الجنسي، وفي الحياة العائلية هناك غرائز وراثية. أما في الصداقة فلا يوجد إلزام أو إجبار ولا مكان للإرغام أو الإكراه والاضطرار من أي نوع كان، بل مودة تلقائية نابعة من القلب وغير مقيدة بشروط باستثناء شرط الوفاء الذي لا دوام لصداقة بدونه. وهذا الشرط هو من مسؤولية الصديقين لأن يداً واحدة لا تصفق!

فلنمنح محبتنا للجميع. ولنبتهل كي نلتقي بأصدقائنا من الماضي، ولنرسّخ صداقتنا معهم علنا نتفهم أخيراً صداقة الله ونستحقها.

وما لم نحب عيال الله من خلال روح الإلفة والوئام، فلن نستطيع الإحساس بمحبة رب الأنام.

لا أعرف غريباً. ويا لها من سعادة وفرح عظيم.

وحتى من يعتبر نفسه عدوي ليس بوسعه أن يجعلني أشعر بأنني أكرهه.

عندما تأتي تلك اليقظة تحس بمحبة الجميع.

الحب الذي تشعر به نحو مخلوقات الله لا يموت أبد الدهر.. لكنه ينمو ويتعاظم.. إلى أن تلمس في محبة الأصدقاء الحب الإلهي النابع من قلب الله في السماء..

وعليكم السلام أصدقاءنا الأعزاء.
تنمية الذاكرة

البشر كائناتٌ فريدة بفضل مَلـَكة الذاكرة التي تميّزهم عن سواهم من المخلوقات الأخرى. كل نفس تتوق للبحث عن منشئها الإلهي بكيفية تلقائية عن طريق التذكر اللاشعوري لأصلها المقدس. وهذا يفسر النشوء التصاعدي لكل ما في الكون. وتماشياً مع الخطة الإلهية فإن كل نفس لدى حصولها على جسم بشري – بما فيه من دماغ متطور وجملة عصبية – تمتلك أخيراً الوسائط التي تمكنها من التذكر الواعي لوحدتها الجوهرية مع الذات الإلهية.

الذاكرة هي تلك القدرة التي بواسطتها نستعيد اختباراتنا ذهنياً، ولولاها لنسينا إدراكنا للحياة ولتحتم علينا البدء من جديد كل يوم، تماماً كالأطفال الصغار. الشخص الذي فقد عقله وبالتالي ذاكرته يتصرف تصرف الأطفال.

ليس هناك من قيمة أو أهمية لحصولنا على اختبارات إن نحن عجزنا عن أن نتذكرها ونحياها ثانية. إننا نتعلم بفحص أفكارنا ومشاعرنا وبواعثنا وبتحليلنا لتصرفاتنا السابقة. وفي الذاكرة السليمة تكمن قيمة الإنسان وتبرز أهميته.

"سامي" على سبيل المثال يتذكر أنه سامي كل صباح لدى استيقاظه، ومن خلال التذكـّر يربط اختبارات حياته مع الإسم سامي.

فعندما نرغب باستذكار أي اختبار حصل لنا، أو عندما نحتاج إليه ثانية نستطيع استحضاره بالقدرة العقلية اللاشعورية. وبتذكـّر ما فعلناه أو ما حصل لنا سابقاً نستطيع إنجاز أي عمل يتطلب مهارة، كنا قد تعلمناه أو زاولناه من قبل. كما يمكننا أن نميّز بين ما ينبغي أن نفعله أو نتجنبه بحسب مقتضى الحال.

العقل الباطن أو اللاشعوري هو دائم اليقظة، يسجل كل اختبارات الشخص أثناء النهار ويظل يعمل حتى أثناء النوم، معتنياً بالجسد كما لو كان حارسَ ليل. ولدى الإستيقاظ يعرف الشخص دوماً إن كان نومه هادئاً مريحاً أو غير ذلك. فقوة ذاكرة العقل

الباطن هي إحدى قدرات الوعي الإلهي الدائم اليقظة والمغبوط بالذات.

وبذرة ذلك الوعي مغروسة في كل نفس، لأن النفس تدرك بطبيعة ذاتها أنها تحيا للأبد في الله. الذاكرة هي بذرة الخلود التي إن عملنا على تنميتها وتطويرها نستطيع أن نتذكر كل أحداث هذه الحياة وحيواتنا السابقة أيضاً.

باستطاعتنا – كبشر – أن نتذكر كل الاختبارات التي حصلت لنا في هذه الحياة. فلماذا لا نتذكر كل الاختبارات الروحية التي حصلت للنفس؟

للذاكرة طبيعتان: الذاكرة البشرية التي تستعيد كل اختبارات هذه الحياة، والذاكرة المقدسة التي تسترجع اختبارات النفس عبر كل تجسداتها. معظم الناس على دراية بالذاكرة البشرية فقط.

ولكن لماذا ذاكرتنا المقدسة راقدة راكدة وغارقة في سبات عميق؟

بعض الناس يمتلكون المقدرة على تذكّـر تجارب شتى: بشرية وروحية. آخرون لا يستطيعون أن يذكروا بجلاء حتى تجاربهم الحديثة العهد.

للذاكرة مراتب ودرجات طبقاً لقدرة العقل على الإستيعاب. التربية وتركيز الذهن والتأمل وكل الإختبارات الجديرة بالتذكر هي ضرورية لتنمية الذاكرة الجيدة. إذ بدون تنمية الذاكرة لا يتسنى للإنسان أن يحصل على ثقافة غنية ومتكاملة. فإن حصل للواحد اختبار ثم نسيه بعد ذلك فإنه يفقد قيمة وأهمية ذلك الإختبار.

وبتحسين نوعية الذاكرة يمكننا تقويتها لدرجة تكفي لتذكر كل الأشياء، بما في ذلك أصلنا السماوي. وبإيقاظ الذاكرة المقدسة – بحيث نستطيع تذكّـر كل اختبارات تجسداتنا السابقة، وأيضاً طبيعتنا الروحية الخالدة – نبلغ الخلود.

الجلوس الصحيح والتمارين الجسدية الملائمة نافعة في تنمية قوة الذاكرة. في هذا العصر حيث تمت الإستعاضة عن العمل اليدوي بالآلات في شتى الوظائف وفروع الحياة أصبح

الإنسان مترهلاً متراخياً وفي أمس الحاجة للتمرين المنتظم. ولذلك استـُنبطت الوسائل الآلية للتمرين داخل البيوت والمباني.

عند القيام بالتمارين الرياضية من الضروري تركيز العقل على الطاقة الحيوية من أجل الحصول على أكبر فائدة. يجب عدم الإكتفاء بمطـّ العضلات وتوتيرها بل العمل على أيقاظ وتوجيه قوة الحياة التي تمد الجسم بالمقدرة والنشاط.

هناك بعض الأغذية المناسبة للدماغ وأخرى للعضل والعصب وللتكوين البدني وصيانة أعضاء وأجزاء مختلفة من الجسم. ولتنمية الذاكرة ينبغي تناول أطعمة تضاعف قوة الدماغ. فتناول الجوز واللوز المطحون والممزوج ببعض قطرات من عصير الليمون الأخضر أو عصير البرتقال قبل النوم يزيد من قدرة الدماغ على التذكر.

يقول اليوغيون أن الحليب والجبن هما أيضاً من المغذيات الدماغية، كما يقترحون في أوقات الإرهاق والقلق النفسي شرب مزيج من عصير ليمونة خضراء (أو اثنتين) في كأس ماء، وغسل الرأس بالماء البارد وصبه أيضاً على الصدغين وما بين الحاجبين وعلى الخياشيم والأذنين. ونتيجة لذلك ترتاح الأعصاب ويهدأ العقل وتستيقظ الذاكرة الطيبة.

يجب تجنب الإفراط في تناول الأطعمة الدسمة التي من شأنها أن تجعل الرواسب الدهنية تتشكل وتتكتل في الأوعية الدموية على سطح الدماغ.

يقول علماء الروح الهنود أن لحم الخنزير والبقر ضاران بصحة الإنسان. فهذان النوعان من اللحم يحتويان على كميات كبيرة من حمض اليوريك (البوليك). إضافة إلى ذلك فإن الخنزير والبقرة كليهما ضعيفا الذاكرة. وبتناول لحمهما فقد ينمّي الشخص خواصهما الجسدية والعقلية.

الذاكرة يمكن تنميتها بتمرينها. من غير الصواب القول بأن الرجل الضعيف جسدياً منذ الولادة لا يمكن أبداً أن يصبح قوياً. هناك دوماً احتمالات وإمكانات لإنجاز أشياء كبيرة وعظيمة في كل نواحي الحياة ومجالاتها.

يجب أن نعرف كيفية البحث عن السبيل القويم والطريقة الصحيحة.

بعض الأطباء يقولون أن الشخص الذي يعاني من ضعف عقلي وراثي سيلازمه ذلك العجز العقلي حتى نهاية عمره. لكن بخلاف ذلك تبَرهَن أن العديد من القصورات العقلية يمكن التغلب عليها بممارسة تمارين التركيز العقلي. البحث في هذا المضمار كان محدوداً في الغرب، ولهذا فإن العديد من علماء النفس ليسوا على دراية وثيقة بطرق التركيز العقلي العميق الذي لقـّنه يوغيو الهند العظام منذ قرون.

إن الأساليب الصحيحة لتنمية التركيز هي مجهولة لمعظم الناس. القدرات العقلية موجودة فعلاً لكنها غير نامية. والفشل في تنمية الشخص لطاقات وقوى استيعابه العقلية يؤدي إلى مشاكل خطيرة. وكالجسد فإن الدماغ يلزمه التمرين الصحيح من أجل الصحة والنشاط والحيوية.

إذاً تنمية الذاكرة الجيدة يلزمها تمرين الجسم وتناول الأغذية الصحية إضافة إلى التفكير الإيجابي السليم.

حاول أن تتذكر أشياءً بعينها، وقم بتفعيل التصوّر الذهني. انظر إلى شيء ما أو إلى مشهد أو منظر جميل ثم حاول استنساخ تلك الصورة ثانية في ذهنك. كما أن محاولة استذكار ألحان الأغاني والترانيم وإنشادها فكرياً يساعد على تنمية الذاكرة.

إن كل ما يتم إنجازه بإحساس عميق ويقِظ من شأنه أن ينمي الذاكرة.

الشعر والموسيقى لهما خصوصية عاطفية. كلنا نتذكر بسهولة أبلغ الأحزان وأكبر المباهج التي مرّت في حياتنا. لماذا؟ لأن الإحساس بتلك الإختبارات كان عميقاً. إن كل ما يشعر به الشخص بقوة ينمّي قوة الذاكرة. كما أن نظم الأشعار والجمع والطرح عقلياً هي أيضاً أساليب جيدة لتنمية الذاكرة والتركيز العقلي.

ولمضاعفة مقدرة الذاكرة يجب أن يتم إنجاز كل شيء بتركيز ذهني عميق. معظم الناس يقومون بنشاطاتهم بذهن شارد، ولذلك فهناك هوة سحيقة وبون شاسع بين أفعالهم وأفكارهم. وذلك هو السبب في عدم تذكـّرهم لأي شيء بصورة

جيدة. وإن أراد الشخص أن يتذكر شيئاً ما فعليه أن ينجزه بكامل وعيه وشعوره.

وبالنسبة لمحبي الله فإن التفكير بالواجبات أثناء القيام بها لا يمنعهم من التفكير بالله في نفس الوقت. أما أثناء التأمل فينبغي التفكير بالله فقط. وليكن معلوماً أن قوة الذاكرة تتقوى ويتسع مجال استيعابها بالتأمل.

وما هو التأمل؟ إنه التوحّد مع الروح الكلي والترفع عن كل القيود البشرية ومحاولة التذكر بأن الإنسان روح لا جسد. وعندما يبدأ المتأمِّل بالمجهود العقلي الواعي لربط ذاته بالنفس الخالدة بدلا من الجسد الذي يستوطنه لحياة واحدة فقط سيتذكر الكثير من تجارب حياته السابقة، وسيذكر أخيراً أنه انبثق من قلب الله.

في الله تكمن ذكرى كل حياة الإنسان وحياة كل إنسان. وعندما يتناغم المرء مع ذاته الروحية فإن الأزمنة الغابرة والقوى المنسية للذات الإلهية التي لا تعرف الفناء ستبزغ ثانية في وعيه. التأمل يعني تذكـّر الإنسان بأنه ليس جسداً فانياً بل نفس خالدة: واحد مع الله.

نميل أثناء النهار إلى التفكير بأننا كائنات بشرية محدودة، لكن في الليل، أثناء النوم العميق غير الحالِم ننسى حالتنا البشرية.

وفي التأمل يمكننا بالمجهود الذاتي الإفلات ولو مؤقتاً من الإرتباطات الأرضية.. نستطيع التخلي عن الوعي الجسدي وأن نتذكر بأننا روح إلهي. والذين يواظبون على هذه الممارسة يصبحون سادة أنفسهم ومرشدين صادقين.

لقد منحنا الله الذاكرة كي نخلق ونتذكر كل ما هو طيب ونبيل. إن سوء استخدام الذاكرة يلحق في الإنسان أشد الضرر.

إن من يفكر بحقد وكراهية بشخص ما بسبب تذكـّر أذى ألحقه به ذلك الشخص يسيء استعمال ذاكرته. ومع هذا لا بأس من استذكار التجارب غير السعيدة من أجل تعلـّم الدروس الكامنة بها. لأن الشخص والحالة هذه يحلل تصرفه السابق ويتجنب تكرار نفس الأفعال الخاطئة التي جلبت عليه نتائجَ مريرة ومؤلمة.

يجب عدم استعادة الأفكار الخاطئة لأنها ستبقى عندئذ لفترة أطول في الذهن. لقد وهبنا الله الذاكرة لكي نحتفظ بدروس الحياة واختباراتها الطيبة حية في أذهاننا. كما يجب التخلص من الأفكار الماضية الخاطئة بتحاشي تذكـّرها. أما إن اقتحمت العقل عنوة فيجب رفض استضافتها أو تكريم وفادتها.

نكرر: إن تذكـّر الاختبارات أو التجارب السيئة وإمعان النظر بها هو إساءة لاستخدام الذاكرة الموهوبة لنا من الله. بدلاً من ذلك يجب أن يؤكد الشخص لنفسه بأنه سيستخدم ذاكرته لتذكر الأفكار الطيبة والإختبارات السامية النبيلة فقط، وبأنه سيطرد كل عفاريت الذكريات الكريهة البغيضة من عقله.

يجب أن نبصر ونسمع ونتذوق ونلمس ونشعر ونريد كل ما هو حسن وصالح وسليم ونافع. ويجب أن نحتفظ بالتجارب والإختبارات السعيدة في خزانة الذاكرة.

إن الشخص الذي يشعر بالعواطف الطيبة ويفكر الأفكار النبيلة ويرى الخير لا غير في الطبيعة والناس سيتذكر الأشياء الطيبة دون سواها.

لقد حصلنا على الذاكرة كهبة مقدسة لعلنا نمارس تذكّر الأشياء الخيّرة إلى أن نتمكن أخيراً من تذكّر الخير الأعظم: الله.

وإذ نعاين الطيبة والصلاح في كل شيء، سنجد ذات يوم أن القوة الإلهية الخفية ستحطم وتبعثر كل المنافذ الصغيرة للأفكارِ والإحساسات والمشاعر التي كنا نبصر من خلالها فقط ومضات من الجمال والتناغم الإلهي في الخليقة، وسنبصر من خلال نافذة الوعي الروحي الخيرَ الكلي والكمال المطلق.

نسأل الله أن يساعدنا على إيقاظ وتنشيط اللهب الأبدي للذاكرة المقدسة إلى أن يحرق قروم النسيان والغفلة فنتذكر أننا كنا وما زلنا واحداً مع روح الله وحبه الكوني.

إن تذكّرتَ الإلهَ في الصباحْ
ولدى الظـُهرِ وإبّانَ المسـاءْ
ستحِسُّ بنشاطٍ وانشـــــراحْ
وتحلـّقْ كالنسورِ في الفضاءْ
وستمضي وقتـَكَ بالإرتياحْ

وتـُزَفُ كالشذى فوق الهواءْ
ثقتـُكْ بالبارئ ِ أمضى سلاحْ
فتدرَّعْ باليقين ِ والرجـــــــاءْ
إنْ طلبتَ اللهَ يُنبوع الصلاحْ
تغتني بل تمسي أغنى الأغنياءْ
حقيقة مشهود بصحتها

المعلم برمهنسا يوغانندا

الترجمة: محمود عباس مسعود

لا تنظروا إلى أقوالي نظرة الاستغراب قبل أن تجرّبوا الطريقة بأنفسكم. قد تكونوا سئمتم من سماع النظريات العديدة التي لا صلة لها بحياتكم. إن ما أقوله ليس نظرية بل حقيقة مشهود بصحتها، وسأحاول إعطاءكم فكرة عن الذي يمكن اختباره فعلا.

لقد أسعفني الحظ وتعلمت هذه الحقيقة العلمية على أحد حكماء الهند العظام منذ سنين عديدة. وقد تتساءلون عن السبب من تشجيعي لكم ولفت انتباهكم إلى هذه الحقائق. هل لديّ دوافع أنانية من وراء ذلك؟ وجوابي هو قطعاً بالنفي. كل ما أريده هو تقديم هذه الحقائق لكم على أمل الحصول في المقابل على فرح نقي لمساعدتي لكم في العثور على سعادتكم في ممارستها وتذوّق غبطتها.

والآن ينبغي لي الاستعانة بجانب من علم وظائف الأعضاء (الفزيولوجيا) لنتمكن من فهم الطريقة فهماً عاماً على الأقل. وسأشير إلى عمل المراكز أو المحاور الرئيسية وإلى التيار الكهربائي الذي ينساب من الدماغ – مروراً بهذه المراكز – إلى أعضاء الحس الخارجية والداخلية ويبقيها منتعشة بالحياة والحيوية.

هناك ستة مراكز رئيسية عن طريقها ينتقل التيار الحيوي أو كهرباء الحياة إلى كافة الجهاز العصبي. وهذه المراكز هي:

1. المركز النخاعي Medulla Center
2. المركز العنقي Cervical Center
3. المركز الظهري Dorsal Center
4. المركز الصلبي Lumbar Center
5. المركز العجزي Sacral Center
6. المركز العصعصي Coccygeal Center

الدماغ هو الموزع الكهربائي الأسمى (المركز الأعلى). وجميع المراكز متصلٌ أحدها بالآخر وتعمل تحت تأثير المركز الأسمى (خلايا الدماغ)، وخلايا الدماغ ترسل التيار الحيوي (أو الكهرباء) عبر هذه المراكز أو المحاور الفقرية والتي بدورها تفرغ شحنتها الكهربائية في الأعصاب الواردة والناقلة التي تتولى أداء وظائف الدوافع الحسية وإحساسات اللمس والبصر...إلخ.

وهذا التيار الكهربائي الصادر عن الدماغ هو حياة الآلة الجسدية (بما فيها من أعضاء داخلية وخارجية). وعن طريق هذا الوسيط الكهربائي تنتقل التقارير الحسية إلى الدماغ وتُـحدث تفاعلات الأفكار.

وإن رغبتْ النفس في وقف سيل التقارير المزعجة للإحساسات الجسدية (التي تساعد على ظهور حلقات الأفكار المتصلة) ينبغي لها التحكم بالتيار الكهربائي وعكس انسيابه من الجملة العصبية برمّتها إلى المراكز الرئيسية السبعة (بما فيها الدماغ)، بحيث يمكنها بهذه الطريقة إعطاء الأعضاء الخارجية والداخلية الراحة التامة.

أثناء النوم تتوقف الكهرباء الموصلة بين الدماغ والأعضاء الحسية توقـّفاً جزئيا بحيث لا تقدر الإحساسات العادية من سمع ولمس وغيرها من الوصول إلى الدماغ. وبما أن هذا التوقف هو غير كامل فإن أي منبه خارجي على درجة كافية من الفعالية يمكنه إعادة هذا الوصل الكهربائي (ما بين الدماغ وأعضاء

الحس)، بحيث ينتقل (ذلك المنبّه) إلى الدماغ ويوقظ الإنسان. ومع ذلك يوجد أثناء النوم تيار كهربائي متواصل ينساب إلى الأعضاء الداخلية – القلب والرئتين وأعضاء أخرى – ويبقيها نابضة بالحياة وشغـّالة.

ولأن التحكم بكهرباء الحياة أثناء النوم هو غير تام فإن الإحساسات الجسدية من مضايقات ومرض ومنبهات خارجية قوية تزعج النائم. ولكن باستخدام وسيلة ضبط علمية يمكننا التحكم في آنٍ واحد وبصورة تامة بأعضاء الجسد الداخلية والخارجية معاً، وهذه هي ذروة الممارسة. ولكن ذلك التحكم التام قد يلزمه سنوات طويلة من الممارسة الجادة.

ومثلما تنتعش الأعضاء الخارجية بعد النوم الذي هو راحة للجسم، هكذا تنتعش جداً الأعضاء الداخلية نتيجة لممارسة هذه الطريقة العلمية وتزداد قواها مما يساعد على إطالة العمر.

وكما أننا لا نخشى النوم خوفاً من أن تبقى الأعضاء الحسية خاملة وقاصرة عن العمل، هكذا ينبغي لنا أن لا نتهيّب ممارسة الموت الواعي أي إراحة الأعضاء الداخلية. عندئذ سيصبح الموت تحت سيطرتنا بحيث عندما نجد أن هذا البيت الجسدي قد أصبح متداعياً وغير صالح للسكن نتمكن من مفارقته بإرادتنا وبكامل وعينا. "آخر عدو يبطـُل هو الموت"

ويمكننا توضيح هذه الطريقة بالمثال التالي:

إذا كان مكتب الهاتف الرئيسي في المدينة متصلاً سلكيا بأقسام مختلفة من المدينة فبإمكان المتصلين من تلك الأقسام الاتصال بصورة متواصلة مع المكتب المركزي عن طريق التيار الكهربائي المنساب عبر الأسلاك الموصلة، رغما عن إدارة وإرادة المكتب. أما إن رغب مركز الهاتف الرئيسي بوقف الاتصال مع المقاسم المختلفة فيمكنه قـَفل المفتاح الكهربائي الرئيسي بحيث يتوقف انسياب التيار إلى أحياء المدينة المختلفة.

وبالمثل، فإن الطريقة العلمية تمنحنا العملية اللازمة التي تمكننا من سحب التيار الحيوي – الموزَّع في كافة أجزاء جسمنا

– إلى أقسامنا المركزية المتمثلة في العمود الفقري والدماغ. الطريقة تعمل على مغنطة العمود الفقري والدماغ اللذين يحتويان على المراكز السبعة الرئيسية. ونتيجة لذلك يتم سحب كهرباء الحياة الموزّعة في أقسام مختلفة من الجسم وإرسالها عن طريق العمود الفقري إلى الدماغ. ولدى بلوغها الدماغ نحس بها ونختبرها على هيئة نور. في هذه الحالة تتمكن النفس الروحية من تحرير ذاتها من التشويشات الجسدية والعقلية.

الذات الروحية تشعر بالانزعاج بسبب التقارير الهاتفية الواردة – ضد إرادتها – من طبقتين "من الناس": طبقة رفيعة (الأفكار)، وطبقة وضيعة (الأحاسيس الجسدية). ولكي تقطع العلاقة مع هاتين الطبقتين عليها أن تسحب الكهرباء المنسابة عبر الأسلاك الهاتفية إلى البطارية المركزية بإقفال المفتاح الكهربائي (أي بممارسة الطريقة التأملية) كي تتمكن من الاستمتاع بالراحة والحرية.

الانتباه هو الموجّه والموزّع الرئيسي للطاقة، وهو الذي يتولى نقل تيار الكهرباء الحيوي من الدماغ إلى الأعصاب الحسية والحركية. مثال على ذلك عندما نـُبعد عنا ذبابة مزعجة، فإننا نستخدم قوة الانتباه في إرسال تيار كهربائي إلى الأعصاب الحركية فينجم عن ذلك حركة اليد المرغوبة. هذا أذكره لكي أعطي فكرة عن قوة الانتباه تلك التي بواسطتها يمكن التحكم بالتيار الكهربائي داخل الجسم وسحبه إلى المراكز المذكورة.

وهنا أود إعطاء وصف عن الحالات التي تعقب التحكم التام بتيار الكهرباء الحيوي. في البداية يشعر الشخص بحاسة جذّابة جداً بفعل مغنطة العمود الفقري. لكن الممارسة المستمرة والطويلة ستجلب حالة من الغبطة الواعية التي تبطل مفعول حالة الإثارة في الوعي الجسدي.

هذه الحالة المغبوطة وصفناها بأنها غايتنا القصوى وضرورتنا العالمية، لأننا نكون معها على دراية حقيقية بالله أو الغبطة ونشعر بتوسّع في وعينا. وكلما اختبرنا تلك الحالة كلما تقلصت وتفتتت شخصيتنا (ذاتنا الصغيرة أو الأنا) وكلما اقتربنا

بسرعة من الوعي الكوني وأصبحنا على اتصال وثيق ومباشر مع الله.

الدين بالحقيقة هو ليس غير فناء شخصيتنا في وعينا الكوني. لذلك في هذه الحالة السعيدة نرتقي سلـّم الدين تاركين أجواء الحواس الخانقة والأفكار المضطربة، وندخل آفاق النعيم.

بواسطة هذه الطريقة ندرك الحقائق الكونية، وعندما تصبح هذه الحالة المغبوطة حقيقية – بالممارسة المتصلة – نجد أنفسنا على الدوام في حضرة الرب المغبوط في باطننا، وننجز واجباتنا بكيفية أفضل دون النظر إلى ثمار الأعمال، فنهتم بالواجبات أكثر من اهتمامنا بذاتيتنا (الأنا) وبإحساسات اللذة والألم التي تفرزها تلك الأنا.

في تعاليم كل الأديان، سواء المسيحية أو الإسلام أو الهندوسية توجد حقيقة مؤكـّدة وهي أنه ما لم يدرك الإنسان بأنه روح – ينبوع الغبطة – فسيظل مقيّداً بالأفكار المحدودة وخاضعاً لقوانين الطبيعة التي لا تلين ولا ترحم. فمعرفته لجوهره الحقيقي تجلب له الحرية الأبدية. لا يمكننا معرفة الله إلا بمعرفة أنفسنا، لأن جوهر طبيعتنا شبيه بجوهره. لقد خُلق الإنسان على صورة الله. وبممارسة التأمل العلمي الصحيح بهمة ورغبة صادقة ستعرف نفسك، أي ستدرك أنك روح مغبوط وستتعرف على الله.

طرق التأمل الروحية تشتمل على كل الوسائل الضرورية لمعرفة الله. إنها لا تركـّز على الفوارق في الأديان والمعتقدات لأن بعضها يخلق تشويشاً في أفكار الناس.

إن سمو طريقة التأمل العلمي على سواها من الطرق يكمن بصلتها الوثيقة وعملها المباشر مع ذات الشيء الذي يقيّدنا بشخصيتنا الصغيرة، أي طاقة الحياة. فبدلا من عكس اتجاه تلك الطاقة، أي توجيهها نحو الداخل ودمجها في قوى الروح ذات التمدد والاتساع، فإنها تتجه نحو الخارج وتـُبقي الجسد والعقل

في حركة دائبة دائمة، مما يسبب المضايقات للنفس الروحية بصورة إحساسات جسدية وأفكار عابرة.

ولأن طاقة الحياة تتجه نحو الخارج فإن الإحساسات والأفكار تشوّه صورة النفس أو الروح الصافية الهادئة. هذه الطريقة تعلـّمنا كيف نقوم بتوجيه طاقة الحياة نحو الداخل. لذلك فإنها طريقة مباشرة وفورية، فهي تأخذنا تواً إلى وعي الروح: إلى وعي الله المغبوط، دون الحاجة إلى وسيط آخر.

هذه الطريقة هي لضبط وتوجيه مجرى طاقة الحياة عن طريق ضبط وتنظيم أحد المظاهر المعروفة وذات الصلة المباشرة مع طاقة الحياة ذاتها.

تجدر الملاحظة أن كل الطرق الدينية في العالم توصي باستخدام طريقة مباشرة أو غير مباشرة، تلميحاً وتصريحاً، للتحكم بمجرى طاقة الحياة وعكس اتجاهه بحيث نتخطى الجسد والعقل ونتعرف على النفس بمعرفة جوهر طبيعتها وطبيعة جوهرها.

إن وجود الحياة في الإنسان هو البقاء وانعدامها هو الفناء. لذلك فإن الطريقة التي ترشد إلى التحكم بالحياة مباشرة هي أفضل الطرق.

لقد أوصى حكماء الأجيال والبلدان المختلفة بطرق تناسب عقول وأحوال البشر الذين عاشوا بينهم. البعض شدد على الصلاة، والبعض على الشعور، البعض على الأعمال، والبعض على المحبة، وآخر على العقل أو الفكر وعلى التأمل. ولكن بواعثهم كانت واحدة.

كلهم قالوا بضرورة الترفع عن الوعي الجسدي عن طريق عكس مجرى طاقة الحياة بحيث ينساب نحو الداخل، وقالوا أيضاً بوجوب معرفة النفس وظهورها من خلف الحجب تماما كما تظهر صورة الشمس واضحة جلية في الماء الساكن الساجي. ولقد أكدّوا جميعاً صحة وفعالية الطريقة التأملية، دون الحاجة إلى أي وسيط آخر.

وتجدر الملاحظة أيضاً أن ممارسة هذه الطريقة لا تعيق تنمية القوى العقلية أو الجسدية، مثلما لا تقف حاجزاً أمام النشاطات الاجتماعية النافعة والموجّهة بأرق وأرقى المشاعر وأنبل الدوافع المكرّسة لخدمة الإنسان والإنسانية.

وفي الواقع إننا نقول ونوصي بالنمو المتكامل لشخصية الإنسان، لأن هذا النمو يساعد حتماً على ممارسة هذه الطريقة بدلاً من إعاقتها. الشيء الوحيد المطلوب هو فهم الطريقة وممارستها بدقة وستكون كل الأعمال والطموحات في صالح المريد.

النقطة الجوهرية في هذه الطريقة هي الفهم الصحيح لطاقة الحياة التي تعيل جسم الإنسان وتبقيه نابضاً بالنشاط والحيوية.

تأكيدات وجيزة للشفاء

يا رب، إن نورك المبارك ليشعّ من أنبياء وأولياء وحكماء كل الأديان، ومن خلالي أيضاً. هذا النور المقدس موجود في كل خلايا وأنسجة جسمي، فأنا بفضلك سليمٌ ومعافى.

أيها النشاط الكوني الواعي..

إنك لتنبضُ في كياني!

الأطعمة الصلبة والسائلة والغازية تتحول بقوة الله إلى طاقة حية

لإعالة جسدي.

يا رب.. خلايا جسمي قوامُها النور

وهي من جوهركَ، لأنكَ روحُ الكمالْ

سليمة ٌ هي إذاً، لأنكَ نبعُ الشفاءْ

جوهرُها روحٌ وأنتَ الروحُ في الكون الكبيرْ

وإنها خالدةٌ لأنكَ أصلُ الوجودْ

لأنكَ معنى الخلود.

أشعرُ بالتجددِ، بالقوة بالنشاطْ..

نشاطِك الذي يفيضُ بالحياة.

وجسميَّ تسري بهِ

قوةُ الروح الشافيةْ.

لقد خُلِقتُ نيّرا

من جوهر الله النقي

بالصحةْ دوماً أشعرُ

لأنه في باطني.

قوّتهُ موجودةٌ

في كل أجزاء الجسدْ

والمعدة قويةٌ لأن فيها نورهُ

الشافي من كل العلل!

إنني أعلم علم اليقين بأن الأمراض على اختلافها هي ناجمة

عن عدم مراعاة قوانين الصحة. سأقضي على المرض بالغذاء الصحي

والتمرين الصحيح والتفكير السليم والنوايا الطيبة.

رباه، إن نورَكَ لموجودٌ في كل ذرة من ذرات جسمي.

في كل خلية من خلاياي.

في كل كرة من كريات دمي،

وكل عصب من أعصابي.

في دماغي وأنسجتي.

ولذلك فإنني بصحةٍ وعافية

لأنك تحيا بيَّ، وأنتَ القوة الشافية.

نور الله وعافيته يتخللان الأركان المظلمة لأسقامي الجسدية.

في كل خلاياي يسطع نورُه الشافي

إذاً هي سليمةٌ.. لأن فيها نورَهُ

كذلكَ كمالهُ.

تأكيد خاص بقوة الفكر

أفكّـرُ وأعلمُ أن نشاطي ينطلقْ

من الدماغِ للجسدْ.

رذاذُ النورِ يندفعُ

من جذور أنسجتي

ومن دماغي ينسابُ

إلى الخلايا والأعصابْ.

وفي الفقرات ينطلقُ

سيلُ القوةِ الشافي

من العمود الفقري

كرغوةْ أو كـَرَشّاتٍ

لتستقي خلايا الجسمِ

سيلَ العافية الصافي!

يا ربُ إني أعبُدكْ

في كل شيءٍ طيّبٍ

وأبصرُ صلاحَكَ

في كلِ فكرِة نيّرة.

قوّتك المطلقة ُ.. الشافية لكلِ داءْ

موجودة ٌ في داخلي فلا أحسّ بالإعياءْ.

ليبزغ ْ نورُكَ الشافي

من ظلمة الجهل الكثيفْ

فحيثما وُجدَ الضياءْ.. كان الكمالُ والنقاءْ

في الشعور والإرادة والفكر.

وجّه إذاً مشاعري.. إرادتي مع الفكر

كي أتبعْ الإرشادْ بالحكمة والرشادْ.

كلَ يومٍ سوف أطلبْ فرحَ الروحِ بذاتي

وليس بالملذاتِ.

إن الله ليرعى أفكاري ويأخذها إلى

عالمِ الأمن وآفاق السلام.

سأنقـّي العقلَ من كل المخاوف

عالماً بأن اللهَ يعضدني ويهديني

ويسهل لي دروبي..

وييسر لي أموري

في كل حالٍ ومجالْ.

ثقتي المطلقةُ باللهِ دواءُ

وليَّ النفعُ منهُ والشفاءُ

والسلام عليكم

حكم وفرائد روحية

يجب أن يكون المرء سيد نفسه ويتصرف على هذا النحو، غير مدفوع بالروتين والأهواء بل بالإرادة الحرة والحكمة.

من حق الإنسان وباستطاعته خلق جنته بذاته والتنعم بها لأنه يمتلك كل الوسائل لتحقيق ذلك، فالله منحه القدرة على توجيه عقله إليه والتعرف عليه.

أعظم شيء في الحياة هو أن تعيش في معقل ضميرك الصافي والمرتاح.

بتركيز الذهن على الله وبالدعاء النابع من القلب يمكن ملامسة حضوره المبارك.

* * *

توكيد:

إن نور الله يغمرني ويشع من خلالي فيقضي على كل مرض ويمنحني الصحة والعافية. نوره الإلهي يسطع في كل خلية من خلاياي ولذلك فجسمي معافى وأنا بخير.

* * *

في ذلك اليوم الذي ستتذكر به نفسك منشأها السماوي سيحيا وعيك من جديد في بيت الروح الإلهي العظيم.

يبدو أن عقل الإنسان وإرادته مطموران تحت تربة الجهل. وما لم يتم استخراج تبر الحكمة [من منجم النفس] وصهره وتشكيله على هيئة أدوات سيكولوجية حادة فمن المتعذر قطع واستئصال نبات الشر النامي في بستان الوعي البشري.

الجبال المهيبة الرائعة، وآلية الجسم البشري العجيبة، والورود والزهور الغضة الناضرة، وبساط الحشائش الخضراء، وعظمة النفوس الكبيرة، وسمو الأفكار الراقية

وعمق المحبة، كل هذه تذكرنا بالله الذي هو مصدر كل نبل وعظمة وجمال.

* * *

تركيز الذهن هو السبيل إلى إيقاظ وتفعيل القوة الكامنة داخل الإنسان. التركيز معناه تجميع الفكر في نقطة واحدة. السبب الرئيسي للكثير من الإخفاقات يعود إلى النقص في التركيز. الإنتباه يمكن تشبيهه بالمصباح الكشاف الذي عندما ينتشر شعاعه على مساحة واسعة تضعف قوة تركيزه. لكن ذلك الشعاع يصبح قوياً وواضحاً عند تركيزه على نقطة محددة. ذوو العقول الجبارة هم أصحاب تركيز، إذ يمتلكون القدرة على حصر كل قواهم العقلية في شيء واحد في وقت واحد.

* * *

الحب الحقيقي.. حب القلب والروح هو حب إلهي. وهذا الحب الإلهي يحاول إظهار ذاته من خلال قلوب ونفوس البشر.

هناك أمواج بعيدة جداً على سطح المحيط فلا تتكسر على الشاطئ. وهناك أفكار في محراب الصمت أعظم من أن ينطقها القلب.

الفهم هو التوازن بين العقل الهادئ والضمير النقي.

إن فن العمل الصحيح يكمن في القدرة على العمل ببطء أو بسرعة دون فقدان سلامك الداخلي.

لا يمكننا أن نتعلم شيئاً نجهله ما لم نملك شيئاً آخر يمكننا مقارنته به. وهكذا فإن الله يعلّم بني البشر الحب الإلهي من خلال وسيط الحب البشري المثالي.

قم دوماً بتوجيه إبرة بوصلة اهتمامك نحو الشمال المغناطيسي للفرح الروحي، وعندها لن يتمكن أحد من إرباك توازنك.

عزز ثقتك بالله وثق بأن الذي خلقك سيعيلك ويحفظك.

من يسلك باستقامة يحب الله ويحبه الله، ولا يهمه إن كان يعمل في الأدغال الطبيعية أو في أدغال المدنية العصرية، لأن المشاكل والصعوبات والتجارب والامتحانات موجودة في تلك الأدغال وهذه. الأولى فيها نمور كاسرة والثانية مخاوف لا تقل ضراوة عن الأولى، تتمثل في صراع عنيف مع الشهوات الجامحة والرغبات العاتية، وفقط عندما يُخضع الإنسان أهواءه لإرادته يتذوق طعم السعادة الحقيقية.

أحياناً قد تشعر أن صديقاً ما سيزورك بالرغم من عدم وجود ما يشير إلى زيارته. فهو لم يخبرك بقدومه ومع ذلك يتولد لديك شعور قوي بأنك ستراه، ومع حلول المساء يقرع بابك! أو أحياناً تشعر طوال اليوم أن شيئاً حسناً أو غير حسن وشيك

الحدوث، وعند حدوثه تدهش لأن حدسك كان صادقاً. هذه بعض الأمثلة عن البصيرة [الحس الداخلي] وكيفية عملها بمعزل عن الأدلة والقرائن.

لقد وهبنا الله نفساً وعقلاً وجسداً، وعلينا أن ننمي هذه الهبات بكيفية متناغمة ومتوازنة. يجب ألا يسمح الإنسان لنفسه بأن يصبح عبداً للبيئة أو أسيراً للعادات. بإمكان الآباء والأمهات المتطورين روحياً مساعدة العالم بإنجابهم أبناء ذوي طبائع روحية وبانتهاجهم أسلوب حياة معتدل يسوده التأمل والتهذيب الذاتي.

كل فكرة نبيلة تعتمل في فكرك تقرّبك من الله. تلك الأفكار تشبه النهر المنطلق إلى بحر الروح الإلهي.

كل يوم يجب أن يكون يوم شكر وامتنان على نِعم الحياة.. من أشعة الشمس، والماء، والخضروات والفواكه الطيبة التي هي هِبات غير مباشرة من الوهاب الأعظم.

الحب النقي، الحب الإلهي، يزيل الحواجز بين الإنسان وخالقه.

تتلف الصداقة وينتهي الحب بين الناس بسبب العناصر المسمومة لحب التملك، والأنانية، والعلاقات الأسرية الآلية، والهوس الجنسي، والتعلقات المادية، والانفعالات العاطفية، والمقايضات النفعية، لأن الارتباطات السريعة تعقبها كراهية مفاجئة مما يؤدي إلى موت الحب البشري. لكن في قلب كل إنسان يكمن حب إلهي خالد قد يبقى هاجعاً لفترة من الزمن غير أنه لا يموت أبداً.

في تربة قلبك تنمو بذور المحبة. اعتنِ بتلك البذور واسقها بماء التعاطف والمحبة الشاملة.

الله محبة، والمحبة توحّدنا مع الله. إن أردنا محبة الله فيجب ألا نعزل حبنا ونقيده، بل نقرنه بالحب الإلهي.

كل قوة وكل شيء في الكون هما من نتاج العقل الإلهي، تماماً كالأشياء التي تراها في الحلم هي من صنع عقلك.

الطريقة الوحيدة لتلافي الأفعال الخاطئة هي بتنمية الحكمة السديدة لتمييز الخطأ والتصميم على عدم فعله.

إن خطأ يحارب خطأ آخر لا ينتج صوابا. الجهل هو عدو الإنسان الفعلي وينبغي إبعاده عن هذا العالم.

لدينا كل ما نحتاجه في هذا العالم كي نأتي بعصر الرخاء والسعادة والعدالة المثالية. العقبة الوحيدة هي أنانية الإنسان التي تجعل ذلك مستحيلا. إن آلاماً فظيعة لا مبرر لها تسببها أثرة الإنسان وحبه لمنافعه الذاتية دون أي اعتبار للآخرين. فالمال الذي يمكن استخدامه في إطعام المحتاجين وكسوتهم يُستخدم بدلا من ذلك في التدمير والهلاك.

إن علة وأصل المشاكل العالمية هي هذه الأنانية وليدة الجهل. كل واحد يفكر أنه يفعل الصواب، ولكنه عندما يسعى لتحقيق مآربه الشخصية فقط فإنه يحرّك ويدفع عجلة القانون الكارمي للسبب والنتيجة الذي سيقضي حتما على سعادته وسعادة الآخرين.

كلما شاهدتُ المزيد من مآسي العالم الناجمة عن جهل الإنسان، كلما أدركتُ أن السعادة لن تكون دائمة حتى ولو صُبّت الشوارع ذهبا. السعادة تكمن في إسعاد الآخرين. فلو فعل كل واحد ذلك لأصبح الجميع سعداء ولحصل كل واحد على نصيبه من خيرات الأرض.

الوعي الإلهي بأفراحه السماوية ومباهجه اللامتناهية يشبه الصولجان السحري الذي يحوّل على الفور المعدن الرخيص للحياة المادية العادية إلى ذهب مشع من السعادة الروحية الدائمة.

الصداقة هي الجاذبية الروحية الكونية التي توحّد النفوس بوثاق الحب الإلهي.

* * *

مظلة الروح أو طمأنينة النفس
عندما تفقد الهموم الحارقة حرارتها
تبزغ الطمأنينة برداً وسلاماً.
إنها الصارية البيضاء لقارب الحياة
يملؤها نسيم السعادة الدائمة، الخالية من الإثارة
فتدفع القارب دفعاً رفيقاً على صفحة بحيرة الرضى.
الطمأنينة هي نهر القناعة
المنساب رقراقاً في اتجاه بحر السكينة
بمعزل عن أمواج الهموم.
إنها مظلة الروح
المنتشرة فوق عقل الإنسان وقلبه
لتقي أفراح حياته، صغيرها وكبيرها
من أمطار الخوف والقلق.
إنها النغمة السماوية
المنبثقة من قيثارة الحياة.
وهي الملح المقدس
على مائدة العمر
والرذاذ المتطاير من شلالات الإنجاز
وهي المزاج الرائع الرائق

الذي به تساس مملكة النفس
بوئام وانسجام.
الطمأنينة ليست حكراً على الخلوات المنعزلة
ولا هروباً من الجلبة والضوضاء.
بل تأتي إلى حيث ترحب بها القلوب
وتمكث حيث تأنس بها النفوس
بغض النظر عن الزمان والمكان.
إنها زهرة رقيقة حساسة
لا تتحمل اللمسات الخشنة
بل تحيا وتزهر وتزدهر
إن هي سقيت بمياه الطيبة المنعشة.
الطمأنينة هي بحيرة الشعور الساجية
الخالية من تغضنات الأحزان
التي تذرف دموع الخوف
لأقل هبّة من هبّات الجزع والكدر.
عندما تغطي صفحة النفس المطمئنة
طبقة من الثلج الأبيض الناصع النقي:
ثلج الهدوء وراحة الضمير
فلن تقوى عواصف المخاوف وأعاصير الهموم
على تعكير الصفاء والسكينة
تحت هذه الطبقة الصلدة اللامعة
لهذا التلألؤ المبارك الوضاء.
* * *

قلعة الحب الإلهي
عندما تتساقط حولك قذائف الكراهية
اعتصم بقلعة المحبة.
وإن تواصلت تفجيرات سوء الفهم
ابقَ متحصناً في كهوف المحبة
تحت حجرات الشفقة والتعاطف.
وإن حاولتْ أبخرة الخداع السامة
أن تخنق حياة حكمتك

ضع قناعاً من الحب النقي حول نفسك.
إن قلعة الحب الإلهي ملاذٌ آمن
من هجمات جيوش الوساوس والإغواء.
احتفر خندقاً من الإخلاص والثبات
واملؤه بمياه المحبة
بحيث يتعذر على الأنانية أن تجتازه سباحة
كي تقضي على حكمة روحك.
* * *

المتأملون يشعرون بإحساس رائع من الهدوء الداخلي. ما نتعلمه في التأمل يجب أن نطبقه في أنشطتنا وأحاديثنا اليومية ويجب ألا نسمح لأحد بأن يسلبنا سلامنا أو يعكر علينا هدوءنا.

الفكر غير المتحيز يشبه المرآة الصقيلة الصافية الثابتة وغير المهتزة بالأحكام المتسرعة.

الحب الإلهي هو بستان من الورود والرياحين السماوية ومن أزاهير الأفكار الناضرة المشرقة وهو منبع كل حب نقي تنبض به القلوب الصادقة.

كن بسيطاً بقدر ما تستطيع وستندهش كم ستصبح حياتك سعيدة وخالية من التعقيد.

السعادة العائلية الحقيقية تقوم على أسس التفاهم والكلام الطيب.

مع الغوص التأملي العميق سينبلج فجر يقظة جديدة.. وسينقشع ضباب الصمت والغموض المنسدل فوق كل شيء ويتلاشى أمام نور الصحوة الروحية والشوق المتعاظم لله.

في تعاملنا مع الآخرين، من المهم جداً التعرف على السمات المميزة والشمائل النبيلة التي استقطروها من تجاربهم و صاغوها من كيانهم وتقدير تلك السمات.

إن درسنا الناس بعقول متفتحة سنتمكن من فهمهم والتعامل براحة معهم كما سنستطيع على الفور معرفة طبيعة الشخص الذي نتعامل معه.

لا تحدّث فيلسوفاً عن سباق الخيل ولا تناقش عالِماً في التدبير المنزلي. أعرف ما الذي يهم الشخص ويستقطب انتباهه وحدثه عن ذلك الموضوع وليس بالضرورة عن الأمور التي تهمك أنت.

إن كنا نرغب في فهم الآخرين فيجب أن نتحاشى انتقادهم وإدانتهم ويجب بدلاً من ذلك أن ننظر في مرآة تمييزنا لمعرفة ما ينبغي إصلاحه وتحسينه. تلك المرآة النفسية تختلف كثيراً عن المرآة المألوفة التي ننظر فيها كل صباح. إنني أنظر كل يوم في تلك المرآة الذاتية وإن وجدتُ شيئاً لا يروق لي أعاتب نفسي وأعمل جاهداً على تقويمه. بهذه الطريقة يرى الإنسان صورته معكوسة على حقيقتها في مرآة روحه ويتقدم يوماً بعد يوم على الطريق المؤدية إلى السعادة وراحة النفس.

* * *

يا رب، أنت أقرب إليّ من دقات قلبي وأحس بحضورك على مشارف وعيي.

عندما يحصر الشخص نظرته في أمواج المحيط لفترة طويلة فإنه يغفل التركيز على المحيط نفسه. وبالمثل، عندما يركز الإنسان على موجة حياته الصغيرة ويرتبط بها ارتباطاً تاماً فإنه ينسى محيط الروح الأعظم الذي لا تعدو أن تكون حياته سوى مويجة على صدره الفسيح.

وكما تضاء المصابيح الكهربائية الموضوعة في أماكن مختلفة من مولّد كهربائي واحد، هكذا تضاء مصابيح الكائنات البشرية من مولّد كوني واحد يضخ الذكاء في العقول ويشحن الأجسام بالطاقة الحية.

كل نقطة ماء تساهم في وجود المحيط. ومع أن حياة الفرد تبدو مجرد قطرة صغيرة في بحر الإنسانية، لكن تأثير تلك الحياة قد يكون بالغ الأهمية ولا يستهان به.

أمواج المحيطات الهائجة
ودوّامات المنظومات الشمسية
وتيارات القوى الكونية
والكواكب العائمة في الفضاء
كجبال الجليد وسط البحار
جميعها تتراقص على صدر الحركة الأبدية.

الأم المليئة بمشاعر الرقة والحنان هي رمز للعطف الإلهي.

الله يظهر رقته في الزهور.

أسس في ذاتك معبداً من الجمال والسلام حيث يمكنك العثور على الله في محراب روحك.

في كل علاقاتنا التوافقية، يجب أن نتذكر بأن حب الله يكمن خلف كل القلوب الطيبة النابضة بالمحبة والوئام.

* * *

تهجع الحياة في الأرض الخشنة، وتحلم بالجمال في الزهور، وتستيقظ بقوة في الحيوانات، وفي وعي الإنسان تدرك إمكانياتها غير المحدودة.

ما من ذرة من الشك يمكن أن تراود العقل حول وجود الله وقربه عندما يرى المريد أن الكون بأسره هو مظهر من مظاهر الإبداع الإلهي. كل شيء يبزغ من اللامنظور، فيمكث على هذه الأرض لفترة قصيرة ليعود بعدها إلى الحالة غير المنظورة بانتهاء حياته الأرضية.

في كل ذرة من هذا الكون المدهش يصنع الله على الدوام عجائب ومعجزات.

النصر سيكون دوماً للحق والفضيلة في نهاية المطاف مهما طال الزمن.

لا تسمح للمعاناة والخسارات بأن توهن قواك وتثبط عزيمتك. يوماً ما ستدخل مملكة الروح وستنعم بسعادة تعصى على الوصف وتفوق كل توقع. ومن خلال الآلام يجب أن نتعلم التعاطف مع الآخرين والشعور بشعورهم والعمل قدر المستطاع على مساعدتهم.

كل شيء في العالم المظهري يظهر الحركة والتبدل وعدم الثبات، أما طبيعة الله فهي الهدوء والطمأنينة والسكون.

الإخلاص العميق هو مطلب ضروري على الطريق الروحي، ففي نقاء القلب وصفاء النية يولد فجر الروح.

في بساتين الحياة أتنقل بحبور من شجرة إلى أخرى وسأحطّ يا رب في نهاية المطاف على يدك الممدودة لاستقبالي.

* * *

تطوير الذات:

يجب أن ينظم الإنسان حياته وأن يطالع أفضل الكتب التي أنتجتها العقول البشرية بدلاً من إضاعة وقته في قراءات عشوائية لا جدوى منها، وأن يعثر على العمل الذي يناسبه في الحياة ويسعى لأن ينجز عمله بكفاءة وفعالية.

كثيرون يبذلون جهوداً كبيرة في مجالات عديدة دون نجاح يذكر. لا يستطيع الراغب في تطوير ذاته استيعاب كل شيء حول أشياء عديدة، لكن بإمكانه أن يعرف قليلاً عن كل شيء، وأن يعرف كل شيء عن شيء واحد.

المعرفة بحر واسع والحكمة الروحية لا حد لها. ومع أن الأرض هي نقطة صغيرة في الكون فهي هائلة الحجم بالنسبة لنا.

وبالرغم من ذلك، ومن خلال التقدم البشري فإن عالمنا آخذ في الصغر نظراً لوسائل النقل و[الاتصالات] العصرية، وعما قريب سنشرع في التفكير بالسفر إلى كواكب أخرى!

يجب أن يحتفظ المرء بتوازنه. من يتجاهل الحياة المادية بالتركيز فقط على الجانب الروحي يعاقب بفقدان توازنه العقلي.

الواجبات المادية هي على جانب كبير من الأهمية، وهي ذات صلة بالواجبات الإجتماعية والوطنية والدولية. الواجب العقلي أسمى من الواجب المادي، ويجب إعطاء الأولوية

للواجبين الروحي والخلقي. يجب ابتعاث العقل من العادات الصغيرة التي تجعل الإنسان مهتماً بالشؤون المادية أكثر مما ينبغي،

فجّر منابع عبقريتك وقواك الكامنة وابتسم ابتسامة الرضا الداخلي التي لا يمكن لأحد أن يسلبها منك.

هذا العالم مدفوع بِقوتين اثنتين: قوة الخير وقوة الشر. من يتخذ الخير هاديا ومرشداً تطيب أيامه ويسعد بحياته، ومن يسمح للشر بتوجيه مساره والتحكم بنوازعه ستكون المعاناة والشقاء من نصيبه.

الكلمة المفتاحية بالنسبة لمعظم الناس هي "أنا"، أما ذوو الميول الروحية فيفكرون في الآخرين مثلما يفكرون بأنفسهم.

الذين لا يفكرون سوى بأنفسهم يجلبون لأنفسهم عداوة الآخرين وخصومتهم، أما الذين يفكرون بغيرهم ويشعرون بشعورهم فيجدون أن الآخرين أيضاً يميلون للتفكير بهم والتعاطف معهم.

إنها إهانة للنفس بأن يولد الإنسان ويعيش ويموت دون أن يعرف السبب من الإتيان به إلى هذا العالم كإنسان في المقام الأول.

إن نسيان الإنسان لخالقه يعني عدم إدراكه لغاية الوجود، في حين أن التفكير به والرغبة الصادقة في الإحساس بحضوره يجلبان مع مرور الأيام مكاسب روحية وبركات كثيرة.

إن الحصول على الممتلكات المادية والثراء ليس ضمانة ضد الكآبة والأحزان. سيأتي يوم يشعر فيه الإنسان بأنه عاجز لا حول له ولا قوة وبأنه ألعوبة في يد القدر، عندها سيدرك أن الله وحده هو سنده وحمايته وملاذه الآمن.

في كل مرة تحس بالدهشة لرؤية منظر رائع أو مخلوق عجيب، أغمض عينيك، توجّه إلى داخلك، وتأمل على مصدره الرباني.

الإنسان يبصر فقط المنتجات الكثيفة الخارجة من المصنع الإلهي المحتجب خلف الخليقة، ولو تسنى له الدخول إلى المصنع ذاته لرأى بأية كيفية مدهشة يبرز إلى الوجود كل شيء في هذا العالم.

* * *

تقدمتي لكَ

كل صباح أقدّم جسمي وعقلي وكل مقدرة أمتلكها لتستخدمها أيها المبدع اللانهائي بالكيفية التي تختارها، كي تعرب عن ذاتك من خلالي.

ترانيمي الصامتة لحنيني لك ستشدو على إيقاع خفقات قلبي.

إنني أدرك أنَّ كل الأعمال أعمالك وأنه ما من عمل شاق أو وضيع مادام يُقدَّم إليك بخدمة ودِّية.

بعبارات روحي اطلب التعرف على وجودك. إنك أصل وجوهر الكائنات. دعني أبصرك في كل ذرَّة من كياني وأحس بك في كل خلجة من أفكاري.

وجّه يا رب سواقي أفراحنا بحيث لا تفقد ذاتها في رمال اللذائذ الحسية القصيرة الأجل.

ليت الجداول الصغيرة لتعاطفنا لا تجف في صحاري الأنانية الموحشة.

ألا فلتمازج قنوات عواطفنا الوحيدة المنعزلة بحيرة حبك غير المحدودة.

ليت الأنهار الضيقة لحياتنا تتوسع بأمطار بركاتك الغزيرة فتعبر السهول الواسعة الفسيحة للتواضع وبذل الذات ومراعاة مشاعر الآخرين كي تدخل أخيراً بكل نقاء بحرك الأعظم.

الوعي الإلهي، بغبطته السماوية، هو الكيمياء السحرية التي تحوّل على الفور الرصاص الكثيف للحياة الدنيوية غير الممتعة إلى ذهب مشع من سعادة متجددة على الدوام.

عندما يبدأ طين الأفكار المضطربة بالاستقرار تبدأ قوة الله بالإنعكاس في مياه الوعي الصافية النقية.

* * *

خاطبني الصوت الأزلي بنغمة ناعمة خفيضة، قائلا:

"لقد همست في مسمعك طوال سبات الدهور: أن استيقظ! والآن ها قد هجرت نومك فأقول لك: يقــّظ إخوتك. اعمل معي علّ الجميع يسمع كلمتي."

فوعدت قائلا:

"سأبذل قصارى جهدي لبث دعوتك ونشر رسالتك، وعندما أغادر شكلي الأرضي سأقترض صوتك الكلي الحضور كي أهمس للقلوب المتناغمة:

اصغوا لأناشيده الإلهية ذات العزاء الروحي، فهو دائم النداء لكم.

سأنتظر كل إخوتي الذين لا حصر لهم؛ وإذ يسيرون ببطء في موكب مديدٍ مديد نحو الغاية المباركة لمعرفة الذات، ومن خلال (همسات من الأزل) سأهمس لهم:

تيقظوا يا إخوتي، ولنتبع صوته الذي ينادينا دون انقطاع، ولنعد معاً إلى البيت السماوي."

يجب أن نهمس إسم الله في قلوبنا على سبحة الشوق والحب الإلهي، وتلك هي العبادة الفعلية التي تلامس قلب الله.

التلفظ باسم الله بشعور بارد وفكر شارد هو تجديف على المقدسات واستهتار بها. عندما يصلي المرء يجب أن يمتلئ قلبه وعقله بحب الله.

* * *

الإعراض عن بهرج العالم ونبذ الأطماع الدنيوية ليست حالة سلبية بل إيجابية. فهي ليست تخلياً إلا عن التعاسة، ولا تنازلا إلا عن الشقاء.

يجب عدم التفكير بأن الزهد هو طريق تضحية. بل على العكس من ذلك هو استثمار مبارك بحيث أن الفلوس الزهيدة لتهذيبنا الذاتي ستدرّ علينا ملايين الدولارات الروحية. أليس من الحكمة أن نصرف النقود الذهبية لأيامنا العابرة كي نبتاع بها مملكة النعيم الأبدي؟!

يجب أن نغمر نفوسنا بذلك الشعور النقي العميق الذي يتحرك ويعتمل في داخلنا عندما ننظر إلى روائع خلق الله. وتلك هي الطريقة لمعرفة الله بمظهر الجمال.

إن الذي يعمل الأعمال الطيبة ولو من قبيل التقليد يحظى بفرصة استنشاق عبير الطيبة المنعش الجذاب مما يحفزه على عمل المزيد، أما الذي يعمد إلى اقتراف الأفعال الشريرة في محاكاة منه للآخرين فلا بد أن تعلق به روائح الشر الكريهة والمنفرة.

* * *

لا يوجد أحد له نفس شخصيتك. ولا يوجد أحد له نفس وجهك. ولا يوجد أحد له نفس روحك. فالله خلقك خلقاً فريداً ولا يشبهك أحد.

يجب أن يستخلص الشخص اللباب من المواد التي يقرؤها وأن يجني فائدة عملية من تلك المواد.

بالإمكان تصنيع منتج السلام في مصانع التجارب الحياتية لاستخدامه في الحياة اليومية.

السلام هو الترياق الشافي لكل الأسقام النفسية. والذين يتمتعون بضبط النفس، سواء في تناول الطعام أو السلوك أو العلاقات الزوجية، وبالصدق والأمانة والاقتصاد هم الذين ينعمون بالسلام الحقيقي.

يمكن العثور على السلام في التناغم مع قوانين الله ونواميس الكون. المحبون الذين يستمتعون بالهدوء ويبتهجون بعمل الخير وبالتفكير بالله والتأمل عليه هم أصحاب السلام.

إن الأم المليئة بالمشاعر النسائية الرقيقة هي رمز للرحمة الإلهية.

إن تفتح ورود السلام الإلهي والإنجازات الروحية الباطنية هي ثمرة طبيعية للتأمل اليومي وهي سعادة أعمق وأعم من كنوز الدنيا ونفائسها.

ما من شيء أعذب وألذ من الحضور الإلهي. وعندما تدرك هذه الحقيقة ستصبح أسعد السعداء وأثرى الأثرياء. الثروة المادية يمكن استعمالها هنا على هذه الأرض فقط، ولا يمكن الاستفادة منها في العالم الآخر. ولكن ذهب النعيم الإلهي المستخرج من مناجم التأمل هو معدن مبارك ودائم التجدد، وهو صالح للدارين ولا يفنى أبد الدهر.

* * *

في يقظة الروح تصبح الألوان أكثر إشراقاً والصوت أعذب وقعاً والإحساس أكثر رهافة وتشعر النفس بامتدادها في الفضاء ويصبح الفكر على دراية بالاهتزازات الصادرة عن الآخرين وتزداد القدرة على التمتع بالحياة.

* * *

الناس يتذمرون من فكرة التخلي عن أمور معينة في الحياة مع أنهم في الواقع يتخلون عن أشياء كثيرة ذات قيمة ليس أقلها طمأنينة النفس، بل ويضحّون أحياناً بأنفسهم من أجل المال الذي هو عرضة للتلف والزوال. الثروة قد تؤخذ من الإنسان أو يؤخذ منها بمفارقة العالم ولا يستطيع أن يأخذها معه. القيمة الوحيدة للمال تكمن في صرفه في الأعمال النافعة وفي إسعاد النفس والآخرين بما يرضي الله والضمير.

العالم يضج ويعج بالعواصف الطبيعية والبشرية، والله هو الدرع الحصين والملاذ الآمن من عواصف هذا العالم وأعاصيره وشروره.

فحيثما وُجد الله لا وجود للخوف أو الأحزان. والمؤمن الحق يقف راسخاً وشامخاً في معركة الحياة ومصطرع الأحداث، موقناً بأن الله معه يرد عنه الأذى ولا يتخلى عنه لحظة واحدة، فينعدم الخوف من قلبه ويحل اليقين بحماية لا تُقحم.

* * *

إن أردت استجابته:
سواء استجاب أو لم يستجب.
تابع نداءاتك له ..
تابع نداءاتك في محراب الابتهالات المتَّصلة.
سواء أتى أو لم يأتِ،
ثِقْ أنَّه يقترب منك أكثر فأكثر
مع كلِّ لهفة من حنين قلبك.
سواء لبَّى طلبك أو لم يفعل،
تابع تودُّدك إليه
حتَّى وإنْ لم يستجب
بالكيفيَّة التي تتوقعها،
ثِقْ أنَّه سيستجيب بصورة خفية.

وفي ظلمة أعمق ابتهالاتك
وفي خضمِّ رقصة الحياة والموت والألم.
إذا تابعت نداءاتك له
دون أنْ يحزنك صمته ..
سوف تحصل على استجابته.
* * *

فلنعمل من أجل بناء عالم مُتَّحد، فيه تكون كلُّ أمة عضواً نافعاً، يوجِّهها الله من خلال ضمير الإنسان اليقظ.

في قلوبنا كلنا نستطيع أن نتدرب على التَّحرُّر من الأثرة والبغضاء.

فلنضرع التماساً للتآلف بين كل الدول علَّها تسير يداً بيد عبر أبواب حضارة جديدة سامية.

الكلمات الصادقة المخلصة العذبة هي رحيق سلسبيل للأنفس الظامئة. هذه الكلمات مطلوبة ومرغوبة في كل مكان وزمان.

أما الكلمات أو الألفاظ النابية القاسية والفظة الجارحة فهي قتّالة لنفوس الغير ومدمّرة لسلامهم الباطني. إنها مِعول هدّام في بناء الصداقة وهي نيران مُحرقة للبيوت الآمنة المطمئنة.

يجب أن يُبعد الإنسان الكلام الخشن عن شفتيه للأبد وأن يجعل منزل حياته آمناً من المتاعب والفراق المباغت.

الكلام الطيّب يخلق السعادة في قلوب الأصدقاء والأعداء والمجتمعات وأماكن العبادة والمكاتب وأماكن العمل وفي كل مكان ومجال. الناس يشعرون بفرح داخلي عندما يغادرهم شخص معقّد عبوس ويبتهجون لرؤية صديق مخلص عذب اللسان طيب القلب ودمث الطباع.

عندما تبذل المجهود لتحصيل ما تحتاجه وتقنع بما ييسره الله لك تكون أغنى نفساً وأكثر رضاءً من المتهالكين على الدنيا.. الطامعين في حطامها.

إن الله يعمل على تطوير فن العيش الصحيح بإظهار حقيقته عبر مزيج من الحضارات والعقليات والقوميات المختلفة.

ما من أمة كاملة بذاتها، وإن مزيجاً من أفضل ما تتميز به كل القوميات سيزودنا بأفضل المعلومات عن فن العيش المتزن والحياة الناجحة. ومن الجدير بالملاحظة أن جميع العظماء بلغوا ذروة الإنجاز الحضاري وجسّدوا أعلى المثل والمبادئ الإنسانية في حياتهم.

إن معبد الله موجود داخل النفس. أدخل إلى سكينة ذلك المعبد واجلس متأملاً حيث يتألق نور البصيرة على مذبح الروح. ادخل ذلك المعبد الذي لم تـُشده يد إنسان والذي لا يوجد فيه قلق أو خوف.

تعالَ إلى سلام الخلوة الروحية وستسمع صوت الله متحدثاً إليك بلغة السكون وستدرك أن غير المنظور أصبح منظوراً وأن الذي يبدو غير حقيقي قد أصبح حقيقياً.

الإتزان جميل ويجب أن يكون الأساس لمشاعرنا وأفكارنا وأفعالنا، والمرتكز الذي يدور عليه محور حياتنا.

كبار النفوس يحافظون على هدوئهم وسلامهم مما يساعدهم على اجتياز محن وامتحانات الحياة دون أن يفقدوا صوابهم أو توازنهم.

الله حاضر في كل مكان، يدير العوالم ويسيّر المجرات في الأفلاك اللامتناهية. والإنسان المخلوق على صورته يمتلك أيضاً القدرة على تسيير حياته وتنسيق فعالياته دون قلق أو اضطراب.

يجب أن نبعث دوماً للآخرين بأفكار المحبة ونوايا الخير والسلام.

في هيكل التأمل، حيث نور البصيرة دائم الإشعاع على مذبح الروح، لا يوجد قلق ولا إجهاد ولا توتر ولا عصبية، بل هدوء وسكينة وثقة بالنفس وسعادة حقيقية.

ساعدنا يا رب كي نقهر شياطين الأنانية التي تخلق القطيعة والشقاق بين الناس وتحول دون التقاء النفوس على حب الخير والوئام.

كل الأعمال الحسنة مقبولة لدى الله ما دمتم تنجزونها بوعي روحي. الأعمال المادية هي الأعمال المدفوعة باعتبارات أنانية بحت. يجب هدم الحاجز الفاصل بين العمل المادي والعمل

الروحي. فكل الأعمال المُنجزة بدوافع سليمة هي أعمال نظيفة وتساعد على تنقية النفس من الشوائب والأوضار.

انتقِ صحبك بحرص وعناية. كن أنيساً مخلصاً معهم ولكن احتفظ دوما ببعض المسافة وليكن الإحترام المتبادل صلة الوصل بينك وبينهم، ولا تتخط حدود اللياقة معهم.

من السهل مصاحبة الآخرين، ولكن إن رغبت في المحافظة على مودتهم واحترامهم لك فعليك العمل بهذه النصيحة.

* * *

عن طريق الصلاة والتأمل والإيمان يحصل الشخص على بعض الهداية الروحية، ولا يمكن لأحد أن يحيا براحة وطمأنينة دون ذلك الإنسجام الداخلي. ولكن للحصول على الهداية مباشرة من الله، بدلاً من التسويغات الصادرة عن الرغبات والنزوات أو العادات، فتلك مسألة يلزمها معرفة حدسية وإدراك عميق.

اعلم أن كل ما تسعى للحصول عليه، وأكثر منه بكثير، ينتظرك في الله.

قال المعلم برمهنسا للتلاميذ في إحدى الأمسيات:

"التملك لا يعني شيئا بالنسبة لي، لكن الصداقة عزيزة جداً. في الإخاء الحقيقي يبصر الإنسان ومضة حقيقية من صديق الأصدقاء: الله"

ثم أضاف: "إياكم أن تخدعوا صديقاً أو تخونوا إنساناً، لأن ذلك من أكبر الخطايا في عرف قانون العدل الإلهي."

* * *

امتلكْ قدراً أكبر من القوة النفسية. قم بتنمية تلك القوة بحيث مهما حدث يمكنك أن تصمد صمود الشجعان في معركة الحياة وأن تواجه كل التحديات.

إن كنت تحب الله فيجب أن تمتلك الإيمان وأن تكون على استعداد للتحمل والاستمرار عندما تأتي البلايا وتحل المصائب والمحن.

لا تجزع ولا ترهب الألم، بل اعمل على الإحتفاظ بفكرك إيجابياً وقوياً.

عندما تتذوق جرعة النشوة الروحية الفعلية ستجد أنه ما من اختبار آخر يمكن مقارنته بها.

يجب أن يجتهد الآباء والأمهات دوماً لترسيخ الوعي الروحي في أولادهم بتلقينهم التأمل والتمييز الواعي لئلا يستسلموا لإغراء اللعب بنيران المسرات المخادعة الزائفة.

عندما يحل الفرح المقدس يصبح تنفسي هادئاً وأرتفع بالروح فأشعر بغبطة ألف نوم مرة واحدة، ومع ذلك لا أفقد شعوري العادي. هذه التجربة الكونية هي من نصيب المتعمقين في بلوغ الحالة السامية للوعي.

* * *

عين القلب:

كل إنسان يبرهن بدرجة متفاوتة عن قوة إدراك عين القلب أو البصيرة. إنها تبزغ من أفق السكينة والهدوء وتمنح معرفة دقيقة وموثوقة عن الأشياء والأشخاص دون الحاجة إلى قرائن استدلالية أو براهين حسية، وهذا نعرفه من تجاربنا الذاتية.

البصيرة الحقيقية تأتي كشعور هادئ وصادق، يختلف عن الهواجس العاطفية والظنون المقلقة. هذه البصيرة تأتي كصوت داخلي أو همس وجداني، ومن المهم التمييز بين التوجيه الداخلي أو الأصوات المضللة للعقل الباطن.

البصيرة الصادقة (الحدس) ليست اعتقاداً متزمتاً بل فهم مباشر للحقيقة.. والتفكير الخلاق هو أفضل ترياق للطباع غير السوية.

تتسلط الطباع على الوعي عندما يكون الشخص في حالة نفسية سلبية أو منفعلة. عندما يصبح العقل فارغاً من الأفكار الإيجابية يصبح صاحبه مكتئباً وتتألب عليه الهموم. ومع الاكتئاب والهم يحل الشيطان ضيفاً على أفكار ذلك الشخص ويبسط سيطرته التامة على المضيف!

لذلك اعمل أيها الصديق على تنمية الأفكار الخلاقة. وعندما لا تكون منهمكاً بعمل يدوي افعل شيئاً خلاقاً في فكرك. احتفظ به منشغلا بحيث لا يتبقى متسع من الوقت للانغماس في التوتر والقلق.

الصداقات لا تشبع نفوسنا ما لم تكن راسخة في الحب المشترك لله. إن تشوّقنا للفهم الودي من الآخرين هو بالحقيقة حنين النفس للإتحاد بمصدرها: الله.

وكلما حاولنا إرواء ذلك الحنين عن طريق الأشياء الخارجية كلما قلـّت احتمالية عثورنا على الرفيق الأعلى.

إن كنت تملك عقلاً قوياً وغرست فيه تصميماً راسخاً تستطيع أن تتحكم بمصيرك. حاول أن تجرّب قوتك النفسية في أمور صغيرة أولاً، واعمل على تعزيزها لتنجز لك أشياء كبيرة وكثيرة. لقد جربت هذا في حياتي وأتكلم عن قناعة.

.

الطريقة الوحيدة لتلافي الأفعال الخاطئةهي بتنمية الحكمة السديدة لتمييز الخطأ والتصميم على عدم فعله.

إن خطأ يحارب خطأ آخر لا ينتج صوابا. الجهل هو عدو الإنسان الفعلي وينبغي إبعاده عن هذا العالم.

لدينا كل ما نحتاجه في هذا العالم كي نأتي بعصر الرخاء والسعادة والعدالة المثالية. العقبة الوحيدة هي أنانية الإنسان التي تجعل ذلك مستحيلا. إن آلاماً فظيعة لا مبرر لها تسببها أثرة الإنسان وحبه لمنافعه الذاتية دون أي اعتبار للآخرين.

* * *

من الأرشيف: غلة الكراهية

"ناسي" و "ذاكر" كانا يكرهان بعضهما، وقد بدأ الشجار بينهما عندما كانا تلميذين صغيرين في المدرسة، وعندما كبرا كبر معهما العداء وأصبحا خصمين متنافسين في مجال بيع الأحذية.

وذات مرة تنافسا على طلب يد فتاة، وإذ كان ناسي أقوى قليلاً من ذاكر فقد أوسعه ضرباً وتركه مغمى عليه. وعندما استعاد ذاكر وعيه كان يتملكه شعور بالعار والأسف والإشمئزاز جراء ما حدث له.

بعد ذلك بسنوات، قرر ذاكر الإنتقال إلى إحدى المدن للعمل والإقامة.

كان ناسي قد نسي ما حدث، لكن ذاكر لم يستطع أن يمسح من ذاكرته ما ألحقه به ناسي من إهانة وإحراج، ومع ذلك

فقد كان يردد ويؤكد بينه وبين نفسه "سأسامح ناسي ولن أتذكر إساءته لي."

لكن بعد عدة أشهر أدرك ذاكر أنه خلال تأكيدات الصفح اليومية كان في قرارة نفسه يتمنى الأخذ بثأره، وكان يتحين الفرص لتسديد ضربة مماثلة يشفي بها غليله.

بعد فترة شعر ناسي بقوة جذب غريبة تشده إلى المدينة التي انتقل إليها خصمه القديم ذاكر، ولم تراوده الشكوك أنه كان على موعد مع حدث ما. أما ذاكر فكان قد عرف بوجود ناسي في المدينة فراح يترصد حركاته بدقة متناهية.

في إحدى الأمسيات ذهب ناسي للتنزه و (شم الهوا)، مع أن الطقس كان مكفهراً ممطراً

وبينما كان يسير بمفرده على طريق منعزل، مر من أمام مستودع غير مسقوف، في حين كان ذاكر يتعقبه بخلسة وحذر، وإذ سنحت الفرصة له قرر أن يستوفي الحساب مع فائدة مركّبة.

ولفرط سروره وجد أن قرميدة صلبة كانت قد سقطت من أحد جدران المخزن فأمسك بها وضرب رأس غريمه السابق بقوة فرماه أرضاً وقصف راجعاً من حيث أتى دون أن يعلم ناسي بوجوده.

بعد ساعات، توقف انهمار المطر وانقشعت الغيوم وبان شعاع القمر من خلال فتحة في أعلى الجدار، واستيقظ ناسي ليجد نفسه ملقى على الأرض وقد اعتراه وهن شديد.

حاول أن يعرف ما حدث، وإذ رأى قرميدة بجانبه وفتحة في الجدار أعلاه، استنتج أنه أثناء سيره بمحاذاة المستودع شاء حظه العاثر أن تسقط تلك القرميدة من أعلى الجدار وتهوي على رأسه.

المغزى من هذه القصة هو أن الإنسان يميل إلى نسيان ما ارتكبه بحق الآخرين، مع أن نتائج الأفعال لا تعرف النسيان، وتبعات تلك الأفعال تتعقبه بصمت في ظلام الجهل. ومثلما تستطيع البقرة أن تعثر على عجلها من بين آلاف العجول الأخرى، هكذا لنتائج أعمالنا القدرة على تتبعنا بإصرار وتحديد أماكننا ولو بعد حين.

لو امتلك ناسي الحكمة وحاول تسوية الخلاف بينه وبين غريمه ذاكر والاعتذار منه بعد تلك الحادثة فلربما كان قد خفف من غيظ خصمه ولما كانت الأمور قد مضت إلى أبعد من ذلك.

لكن الأمور ظلت على حالها فنمت وترعرعت بذور التبعات المقيتة في رحم المستقبل المظلم وحدثت فيما بعد الولادة المشؤومة. وتفادياً للمفاجآت غير السارة، يجب حرق بذور النزعات الشريرة الكامنة في تربة العقل، والتبصر قبل الفعل، لأن القانون الكوني يقضي بجني ثمار الأعمال، خيّرة كانت أم شريرة .. حلوة أم مريرة.

ولنتذكر أن كل عمل يترك آثاراً يتم اختزانها على هيئة ميول ونزعات في العقل. وما لم يتم التعامل بحكمة وروية معها فستفضي إلى نتائج ربما كانت خطيرة، لكن عند حرق بذور الأفعال الشريرة بنار الحكمة فلن تقدر على النمو بعد ذلك

خريطة الغد أو: مطلب واحد يستحق العناء

من تعاليم المعلم

برمهنسا يوغانندا

إن سرتَ متسكعاً على دروب الحياة بانتظار فرص النجاح فأغلب الظن أن تلك الفرص لن تهرول للقائك ولن تعثر على النجاح. أما إن كنت أنت من يصمم مستقبلك بنفسك ويرسم خريطة غدك بيدك فابشر بتحقيق هدفك لأنك قاب قوسين أو أدنى من بلوغ غايتك المرجوة.

لتصميم ناجح للخريطة يجب أن تقوم أولاً وقبل كل شيء بتحديد الهدف. ما الذي يعنيه النجاح بالنسبة لك؟ وما الذي تريده من النجاح؟ إن كان جوابك: الشهرة والثروة أو تحقيق رغبات مادية أنانية فأنت في الطريق إلى إحباط مريع وفشل ذريع.

إن أكثر الناس فشلاً هم أولئك الذين تتردد أسماؤهم على كل لسان.. أولئك الذين لهم القدرة على شراء ما يحلو لهم ويمتلكون – بحسب المعايير المادية – كل ما تشتهيه نفوسهم،

لكنهم مع ذلك لا يمتلكون السعادة! فلمَ السير في نفس الطريق المسدود؟

الشهرة والحظ السعيد قد يكونا حصيلة النجاح الفعلي، لكنهما ليسا لب النجاح، ولا أكثر المزايا أهمية. بل لا ضرورة لهما أصلاً لبلوغ النجاح.

فما هي الغاية إذاً؟ وما الذي ينبغي أن تنشده من الحياة؟ هناك مطلب واحد يستحق البحث والعناء هو السعادة. وهذا يحتم استخلاص كنوز الحياة الكامنة في كل لحظة من لحظاتها لمن يحسن التنقيب ويعرف أين تكمن تلك الكنوز.

واعلم أيها الباحث عن السعادة أنك إن حصرت اهتمامك في يومك..

وإن أغنيت يومك بكلماتك الطيبة وأفعالك النافعة وأفكارك الخيّرة..

فإن يومك سيكون صديقك الأمين وفرصتك الذهبية..

وسيكون جواز سفرك وتأشيرة دخولك إلى غد واعد ومشرق بالنجاح.

وهكذا فإن الخطوة التالية في رسم خريطة غدك هي المراقبة الدقيقة لمحتويات كل يوم من أيام حياتك والإحتفاظ بالنافع والإيجابي منها. أما إن قصّرت في القيام بذلك فعليك عندئذ التوقف مع الذات وإعادة تدقيق الحساب.

ولتحقيق النجاح يجب مراعاة العناصر الحيوية التالية التي لا يمكن بلوغ النجاح بدونها:

عندما تستيقظ صباحاً لا تنط على الفور من الفراش وتباشر نشاط اليوم.

قم بشد وإرخاء الجسم بكامله عدة مرات بحيث تتمكن من إعادة النشاط إليه تدريجياً. وقبل الشروع بالروتين اليومي اصرف بعض الوقت مؤكداً لنفسك بأن هذا اليوم سيكون أفضل

أيام حياتك. أقنع نفسك بأنه مهما حدث سيكون يومك كذلك. الإستفتاح بالدعاء والتأمل سيعزز قناعتك ويمنحك القوة التي تحتاجها.

بسّط حياتك.

لا تعتمد على مخترعات الإنسان من أجل التمتع بحياتك. إن قيدت نفسك بمتع زائفة ستصبح عصبياً، مشوش الفكر متقلب المزاج. لا حاجة للإرتباط المتواصل بالتلفزيون والسهرات والمآدب التي أصبحت عادات اجتماعية مستحكمة. لقد قال أحدهم – ونعم القول قوله – ليس عملنا هو ما يقتلنا بل الكيفية التي نصرف بها أوقات فراغنا! ستحيا سنين أطول وستتمتع بالحياة أكثر إن قمت بتبسيط حياتك ولم تقيد نفسك بجنازير المجتمع. ابحث عن تلك المتع الموجودة في "الأشياء الصغيرة".

ابذل قصارى جهدك للقيام بالعمل الذي بين يديك على أكمل وجه.

إن كنت غير راض عن عملك الحالي فإن القلق النفسي والأداء العشوائي لن يغيّرا من الأمر شيئاً. حاول التعامل بقدر من الإيجابية مع الظروف مهما كانت وسيحدث واحد من اثنين: إما ستكتشف أنك كنت مضيعاً لفرصة ثمينة، أو سينفتح أمامك فجأة بابٌ جديد على مصراعيه بحيث يمكنك الدخول منه والحصول على عمل أكثر ملاءمة لاحتياجاتك وتحقيقاً لأمنياتك.

الحياة هي عملية متواصلة من الأخذ والعطاء.

فكن متوازنا بحيث لا تأخذ أكثر مما تعطي ولا تتقيد بالعطاء دون الأخذ.

وسّع نظرتك.

أبدِ اهتماماً بأحوال الآخرين وفعالياتهم. انظر إلى أبعد من ذاتك.. إلى عائلتك، وأبعد من عائلتك إلى أصدقائك، وأبعد من أصدقائك إلى كل الناس. العلم يؤكد أنك جزء واحد من كل شامل، فلا تنسَ ذاتك الكبرى.

وازن حياتك.

كل يوم من الأيام يجب أن يشتمل على عمل وراحة وترفيه ودراسة وتأمل. إنك كائن له جسم وعقل وروح. قم بتنمية هذه العناصر الحيوية تنمية متوازنة متناسقة للحصول على الصحة والفعالية والمعرفة.

كن سريعاً في التبسم، بطيئاً في التقطيب، مندفعاً للمساعدة، مستعداً للإنتظار والتغيير، ومتيقظاً للفرص.

راجع الحساب عند نهاية اليوم.

هنئ نفسك على ما أحرزته من تقدم. لن تتغير بين ليلة وضحاها، لذلك لا تخف من مواجهة الأخطاء بتصميم للعمل بكيفية أفضل يوم غد. وقبل الخلود إلى النوم سلم إلى الله أمرك عالماً أنه لن يتركك وحيداً بل يهيئ لك الفرص ويفتح أمامك الأبواب ما دمت تبذل المجهود وتلتمس منه العون والهداية.

عندما يغلب عليك النعاس وقبل أن تغط في النوم أكد لنفسك أن الغد سيكون أفضل من اليوم بعونه تعالى.

فإن كنتَ مخطـِّطاً دقيقاً.. وبَنـّاءً حاذقاً..

وإن التزمت بتفاصيل خريطتك..

مستحيل أن تفشل!

فإلى الأمام وعليك السلام!

المصدر: مجلة معرفة الذات
خلجات الأعماق

ترجمة: محمود عباس مسعود

يا رب، أنت الكهرباء السماوية الغامضة التي تسري في عروقنا وتشغـّل آليات أجسامنا الدقيقة والمعقدة التركيب.. بكل ما فيها من لحم وعظم وعصب وعضل.

إن نشاطك الحيوي لموجودٌ بنا، في كل نـَفـَس من أنفاسنا وكل نبض من أنباض قلوبنا. فلندرك أن كل القوى والخيرات والبركات تنساب منك يا منبع الجود ومصدر كل خير وقوة وبركة في الوجود .

* * *

* من روضة الفجر أقطف لك زهور النور لأضعها تقدمة متواضعة على قدميك.

فليندفع النجم الثاقب لحبي لك في أجواء روحي مبدداً منها ضباب الغفلة وظلام الذهول. لا تنسني يا رب حتى ولو نسيتك.

اذكرني وإن لم أذكرك.*

* * *

باركنا يا رب كي نحيا ببهجة وتفاؤل.

لنستمتع بواجباتنا الأرضية ومحاسن الخليقة التي لا حد لها ولا نهاية.

ساعدنا على تهذيب الحواس كي نتذوق ونتلذذ بالطبيعة المدهشة.

ولنتبّل بنكهتك المباركة كل متع الحياة البريئة.

خلصنا من النظرة السلبية والسوداوية التي تقتل دون مبرر مباهجَ العيش ومسرات الحياة.

* * *

لقد تألمتُ طويلا من الرؤى القاتمة للدنيويات.. فبدلا من رؤيتك أيها الروح الكلي تبصر عيناي جثة المادة الممتقعة الهامدة.

باركني علني ببصيرة الحكمة أرى في كل الأشياء حضورك المبارك.

* * *

صفّ معدننا أيها الكيماوي السماوي! بدّل ضعفنا إلى قوة وأفكارنا الخاطئة إلى مدركات فعلية للحق. حوّل الشياطين البشعة لمطامحنا الأنانية إلى أمنيات سامية مجنـّـحة.. وجهلنا

الأليم إلى حكمة قدسية.. وخامات خمولنا الوضيعة إلى ذهب مصفى من الإنجازات الروحية السامية.

* * *

يا رب، بيدين خاشعتين أدنو منك لأقدّم إليك كياني بأسره، مضمخاً ابتهالاتي بعطر الحب الإلهي!

امنحني ثقة الأطفال الأبرياء بك والإخلاص الكلي لك.

باركني كي أشعر بقربك خلف عبارات صلواتي..

ألهمني كي أحس بحضورك في كل عواطفي..

وكي أدرك أن حكمتك النيّرة تعزز فهمي وتقدّس معرفتي.

ولأعلم علم اليقين أن حياتي هي مظهرٌ من مظاهر حياتك الوحيدة الفريدة.

* * *

يا رب، محبتي لك لن يحجبها الكلام المسموع أو الهمس الخفيض. إذ بلغةٍ قدسية لا يُنطق بها سأعرب لك عن حبي الزاخر وشوقي العظيم للقياك.

إن صوتك هو السكون، وفي سكينة نفسي سأسمع صوتك الرقيق.

دعني أشعر أنك أحببتني دوماً مع أنني لم أدرك ذلك من قبل.

* * *

علمنا يا رب كي نحب الطيور والحيوانات والزهور النحيلة والأعشاب الخرساء التي غالبا ما تنسحق تحت أقدامنا غير المبالية.

إن صنوف الطبيعة التي تفوق الحصر هي تعبيرات لعبقريتك المتشعبة المواهب: روائع أصيلة من يدك ذات الحركة والإهتزاز الدائمين.

فلنبصر في كل الخليقة شغلك الفريد الذي يعصى على التقليد!

* * *

باركني يا رب كي لا أبصر سوى الخير والنقاء.

وكي لا أسمع سوى الكلام الملهم وترانيم الحب الإلهي.

هب لي نعمتك أيها الروح الفوّاح بالأريج السماوي كي أستنشق فقط الروائح الطيّبة التي تذكّرني بك.
دعني لا أتذوق سوى الطعام البسيط المغذي.
وليذكـّرني كل ما ألمسه بلمستك الطاهرة المباركة.
* * *
قافلة صلواتي منطلقة نحوك بالرغم من عواصف القنوط الرملية التي تهبّ عليها بين الفينة والأخرى، محاولة إعاقة مسيرتها.
وإذ أتقدم الموكب المقدس أبصر من بعيد واحة تشجيعك الصامت لي فتنتعش قواي وتتجدد معنوياتي، فأضاعف المجهود للوصول إليك.
عندما أبلغ واحة الخير سأغمس شفتيّ إيماني الظامئتين في ينبوع غبطتك وأشرب حتى الإرتواء.
* * *
أمواجٌ عارمة من صوتك القدسي تندفع في الأثير.
الآذان المصمومة بتشويش الملذات الحسية لا تقدر على التقاط عظاتك الملائكية.
أيها المذيع الرباني، دع أجهزة عقولنا، غير المتوافقة معك الآن، تتناغم بالتركيز التام لمؤشر التمييز الروحي الدقيق.
علـّمنا كيف نلتقط الأنغام السماوية والموسيقى الروحية المتماوجة في أثير الروح.
* * *
يا رب، افتح بي بصيرة الروح علها ترشد خطواتي دوماً وتجنبني طرق الأنانية المسدودة.
وإذ أسير على منعطفات الوعي ودروبه المتعرّجة فلأبصر وأنجو من قاطعي الطرق الوقحين: الطمع والأنانية وعدم مراعاة النواميس الخلقية.
أيها النور الباطني العليم بكل شيء، أرني الحلول لكل معضلات الحياة.
* * *
أقطعُ على نفسي هذا العهد المقدس:

لن تغرب شمس محبتي من سماء تفكيري الدائم بك يا رب.

ولن أحوّل رؤية عينيّ عنك إلى شيء آخر سواك.

ولن أفعل أي شيء لا يذكّرني بك.

الأفعال النابعة من الجهل والغباء تقود إلى الكوابيس والأحلام المفزعة.

فلأحلم فقط الأحلام العذبة للإنجازات النبيلة، لأنها من وحيك وإلهامك يا رب!

* * *

رباه، إن حُجب المادة تواريك عني، فإلى متى ستظل محتجباً خلف الستائر الفاتنة للزنابق والورود والغيوم المتوهجة بلون الذهب والليالي الصامتة المرصعة بالنيّرات والدراري؟

وبالرغم من أنها تحجبك، فإنني أحبها لأنها تشير خفية لوجودك.

بيد أنني أحن لرؤيتك تماما كما أنت، بدون أقنعة الخليقة!

* * *

أيا ناظر الجميع الذي لا تأخذه سنة ولا نوم!

إنك لتبصرني من عين الشمس الثابتة التي لا تتغير، والقمر المتقلّب الأطوار. وبنظرة كلية ترقبني من مسامات الفضاء التي لا تـُحصى ومن ومضات النجوم الساهرة.

بلمس النسيم تداعبني، ومن خلال تفكيري الودود بك وبعبادك تمطرني بغيث رحمتك المبارك.

* * *

أيها الصوت الكوني.. يا صوت اللانهاية! دعني أدرك الوعي الروحي من خلال دويّك القدسي.

تردّد من خلالي، موسّعا مداركي من الجسد إلى الكون غير المحدود.

وألهمني كي أحس بنبض الخليقة الخالد بك.

* * *

إنك تحرّك قدميَّ.. تعمل في يديّ.. تخفق في قلبي.. تنساب مع أنفاسي.. وتنسج الأفكار في عقلي.

إرادتك الثاقبة تندفع يومياً كالشهاب في سموات إرادتي البشرية.
دعني امزج قطرة حياتي في بحرك الكوني علـّني أبصر فقاعة ذاتي الصغيرة تعوم على صدرك الفسيح.
* * *
اليتامى والمصابون سمعوا عن عطفكِ ومراحمكِ، وها هم على بابكِ، فهل تردهم خائبين وبلا عزاء ؟
ألا ليت يدك غير المنظورة تمسح الدموع الكاوية من عيون ذوي القلوب الكسيرة والنفوس المتألمة.
والضائعون على دروب الوهم والخداع، لمن سيتوجّهون ومن سيقصدون غير بابك الكريم؟
مع إطلالة فجر حضورك ستتبدد متاعبهم وتتلاشى مصاعبهم.
يا رب، ارفع الحجاب علنا نبصر وجهك العطوف الحنون.
* * *
أيها الصوت الرباني الأقدس، أهدر على شواطئ روحي وحطـّم قضبان التفكير المادي علـّـنـي أتحرر من سجن الجسد.
دعني أسمع في التأمل دويّك الأوقيانوسي اللطيف في جسدي وعقلي وروحي وفي محيطي الخارجي، ولأحسّ به منتشرا إلى كل المدن الصغيرة والكبيرة، وإلى الأرض والمجموعة الشمسية والكون بأسره.
ولأدرك بكامل وعيي وجوديَ المتسع في جسد الطبيعة الكبير!
* * *
أيها اللهب الرباني الخالد، إنكَ لتقذف مشاعل صغيرة من وهجكِ الإلهي في نفوس وعقول البشر، فتبدو محدوداً، صغيراً، مجزّأً. لكنكَ تبقى المصدر اللانهائي الأوحد لكل شعلة وضياء في الوجود.
* * *
أيها المظفـّر الأزلي! ساعدني كي أنمّي مزايا نبيلة داخل ذاتي: جنود من الهدوء وضبط النفس لأربح المعركة ضد الأعداء الألداء: الغضب والكذب ونكران الجميل.

فلأرفع فوق أقطار حياتي راية حقك الذي يعلو ولا يُعلى عليه.

* * *

أيها الروح الإلهي، دعنا لا نعتبر أي واجب أكثر أهمية من الواجب المقدس للتعرف عليك. فالعمل مهما كان نوعه يمكن تحقيقه فقط بفضل وفعل قوة الإنجاز الممنوحة منك إلينا.

إذاً فلنحبك فوق كل شيء، لأنه بدون نعمة حياتك ومحبتك لا يمكننا أن نحيا أو نحب على الإطلاق.

* * *

أيا نجم القطب الأزلي! حيثما تجولتُ وتحوّلتُ تظل إبرة بوصلة عقلي المغناطيسية متجهة نحوك.

سواء كنت ملفوحاً برياح الأحداث الفجائية أو مبللاً بأمطار المحن والبلايا، ارشد مع ذلك عقلي للتوجّه نحوك بصورة دائمة.

إن طائر محبتي الضارب بجناحيه وسط غيوم الحيرة وعواصف التشويش سيعثر بكل تأكيد على طريقه إليك.

* * *

أيها العازف الإلهي الأعظم، انفخ في ناي جميع الأديان ألحانَ وحدانيتك المدهشة، ولتحمل المعزوفات المقدسة أنغاماً أصيلة لروحك الثري بالأصالة والإبداع.

فلنتناغم معك ولنوحّد ألحان قلوبنا في ترتيلة واحدة نرفعها إليك.. لا إله إلا الله!

* * *

يا رب، إليك أرفع هذا الدعاء:

سواء كانت ممتلكاتي كثيرة أو يسيرة، هب لي قوة الإرادة لتحصيل كل ما أحتاج إليه يوماً بيوم.

* * *

أردد ابتهالاتي الوجدانية على سبحة المحبة المشدودة حبـّاتها معاً بخيط الشوق. الأسماء المباركة: الله، الروح الكوني، براهما، الآب السماوي،الأم الإلهية كلها أسماؤك القدسية.

في تمثيليتك الكونية على مسارح العصور اتخذتَ ملايين المظاهر والصور، مثلما اتخذتَ أسماءً عديدة، ولكن طبيعتك تبقي واحدة لا تتغير، ألا وهي الغبطة الأبدية!

* * *

يا إله الناموس الكوني، ساعدني كي أتقلد جروحي وندباتي وليدة البلايا والمحن كنياشين وأوسمة من التأديب ممنوحة إليّ من يد عدلك الإلهي الذي لا يعرف المحاباة.

لتعمل مصاعبي اليومية كالترياق المضاد للوهم والخداع، ولتخلصني من الآمال الكاذبة للسعادة الدنيوية.

ليت الدموع التي أذرفها بسبب فظاظة الآخرين تغسل من عقلي البقع واللطخات المتوارية.

ولتفتح كل ضربة حادة من معول التكدير أعماقا جديدة من الحكمة والفهم في أعماقي.

ليت الظلمة غير المقدسة للوجود العادي تفزعني بحيث أهرول بحثاً عن آفاق نقائك ونورك الشافي.

لتضطرني وخزات الحياة وطعناتها المباغتة كي أصرخ مستنجداً بعونك.

ولتكشف حفريات الظروف المؤلمة في تربة حياتي عن ينابيع عزائك الثرة الدائمة الجريان.

ليت بشاعة الخشونة في الآخرين تجبرني على تجميل نفسي بالرقة والطيبة، وليذكّرني كلام رفاقي الجارح باستخدام الألفاظ العذبة فقط.

وإن رمتني العقول الشريرة بحجارتها فلأقابلها بقذائف ودية من نوايا الخير.

وكشجرة الياسمين التي تنثر زهورها العاطرة على اليد التي تهوي بالفأس على جذعها، هكذا فلأرشّ أوراق ورد التسامح على كل من يعاملني بجفاء وعداء.

خواطر روحية

للحكيم برمهنسا يوغانندا

الشعور بالحضور الإلهي في التأمل يملأ العقل بالسلام ويشحن الجسم بالطاقة الحيوية.

***

بالمناجاة الروحية العميقة الصامتة وبتوجيه الفكر والشعور نحو الله يحس المريد بفرح متزايد، وهذا الفرح هو دليل محسوس على التواصل مع الله وملامسة حضوره المبارك.

***

رأيتك تحرث تربة نفسي بسكة التجارب والامتحانات وتنثر في أثلامها بذور حكمتك. واصلتُ سقي تلك البذور وعندما أشرقتْ عليها شمسُ رحمتك نمت وترعرعت وأثمرت محصولاً مباركاً من القناعة والرضا.

***

عندما يتعرف الإنسان على الله لا يشعر بعدها بأن الآخرين مختلفون عن نفسه.

***

الحكماء يحتفظون بتوازنهم ورباطة جأشهم بالرغم من تقلبات الظروف والأحوال على اختلافها.

***

الله هو الجائزة الكونية العظمى وهو أكبر مكسب في الوجود

يا رب، من اليوم سأبذل قصارى جهدي للتعرف عليك وأعمل ما بوسعي للتقرب منك والشعور بحبك دون إهمال أو إغفال واجباتي الدنيوية، وسأنجز كل واجباتي كتقدمة خالصة لك وبذلك أحصل على رضاك.

***

الله هو ينبوع الحكمة والإلهامات المشرقة.. وهو الشذى المبارك المتضوع من كل القلوب الطيبة.. وهو بستان الورود السماوية وزهور الأفكار الندية.. وهو الحب الأعظم الذي يلهم ويغذي محبتنا.

***

لقد تجلى لي الله في آفاق الهدوء، وتذوقت نعيمه في منابع كياني، وسمعت صوته في ضميري اليقظ، وبكامل وعيي أستقبل نوره الذي يتخللني على الدوام.

***

الفكر هو أكثر القوى مرونة لأنه أدق اهتزازات الوعي وأكثرها شفافية. يمكنك تجزئة الأفكار إلى وحدات في منتهى الصغر ومع ذلك لن تتمكن من الوصول إلى النهاية.

يجب ألا يحصر الإنسان نفسه في زنزانة الأنانية الضيقة بل ينبغي أن يشمل الآخرين في إنجازاته وسعادته ويصبح وسيلة لعمل الإرادة الإلهية. عندما نفكر بأنفسنا فلنفكر بالآخرين، وعندما نطلب السلام فلنطلبه لغيرنا أيضاً. من يعمل على إسعاد الآخرين يباركه الله ويسعده.

***

دعني أفكر بك حتى تصبح خاطري الأوحد.

***

الكون الذي نراه هو حلم داخل حلم. المادة ليست طاقة "مجمّدة" وحسب، بل هي وعي كوني "مجمَّد" أيضاً.

***

ساعدني يا رب ووجّه فهمي وقواي علني أجلب نورك إلى العقول المظلمة فتستنير وتومض بأشعة حكمتك.. ومن خلال قوة التسامح العطوفة، دعني آتي إليك بكل الأخوة والأخوات المتعثرين على دروب الشقاء.

***

من يرغب بالتعرف على الله يجب أن يمتلك أقصى درجات الحب في قلبه، كالبخيل الذي يعشق المال، والحبيب الذي يحن شوقاً للمحبوبة، والغريق الذي يتلهف لنسمة الهواء.

***

إن بهجة الأشياء المادية تتضاءل وتتلاشى أما الفرح الإلهي الذي يعصى على الوصف فلا يضمحل ولا يزول أبدا.

***

دع نسيم الحب الإلهي ينشر ابتساماتك المشرقة لعل نورها يطارد ويطرد الظلمة من قلوب الآخرين.

***

عموماً، المحبة تتطلب قوة نفسية أكبر بكثير مما تتطلبه الكراهية، ومع ذلك يجد الحكماء أن المحبة بالنسبة لهم أسهل

من الكراهية لأنهم يرون كل الكائنات كجزء من الذات العليا ووثيقة الصلة بالوعي الكوني.

***

السلام هو دواء لكل داء، والأشخاص الذين تسكن المحبة قلوبهم ويستمتعون بالهدوء ويبتهجون بالقيام بالأعمال الطيبة يعرفون طعم السلام الذي هو شرط لازم وركيزة أساسية لكل حياة سعيدة.

***

امنحوا المحبة لذوي القلوب القاسية، والسلام لضحايا الهم والاكتئاب، والعذوبة للذين يعانون من الطباع المريرة، والفرح للرازحين تحت أعباء الشقاء والألم، وكونوا قدوة حسنة للسائرين على دروب الخطأ.

***

لا يوجد أعظم من الصدق والإخلاص في التعامل مع الآخرين... من السهل خلق صداقات بدون إخلاص ولكن لا يمكن الإحتفاظ بالأصدقاء بدون الإخلاص.

***

هناك حالات سامية من التركيز، وعندما يبلغ المتأمِّل تلك الحالات يختبر أحوالاً فائقة من الفرح الروحي والرؤى المجيدة فيهتف قائلاً:

"إن الذي بحثت عنه في كل مكان وجدته معي وفي داخلي وإنني أرى نوره خلف جدران الظلام وأحس بحضوره في أعماق السكون."

***

الحب الإلهي هو بستان من الورود السماوية وزهور الأفكار الناضرة المتألقة... وهو ما يغذي حبنا ويلهم مشاعرنا ويحقق أحلامنا السعيدة.

***

يا رب، مهما كانت الظروف التي تواجهني، أدركُ بأنها تمثل الخطوة التالية من تفتحي الروحي. سأرحب بكل الامتحانات لأنني أعلم بأنني أمتلك العقل والفهم والقوة للتغلب [على العقبات والصعاب التي تعترض سبيلي.]

***

مع أن علماء الطبيعة باتوا يدركون الآن بأن المادة ليست سوى طاقة محبوسة، فقد انتقل المعلمون المستنيرون بنجاح من المعرفة النظرية إلى التطبيق الفعلي في مجال التحكم بالمادة.

***

إن صممت على أن تكون سعيداً في حياتك فلن يقدر أي شيء على سلبك سعادتك.

***

الحب الإلهي النقي يملأ نفس المحب بالجمال ويسترعي انتباه سيد الأكوان ويستقطب حبه الأبدي.

***

إنني أعرف العديد من رجال الأعمال الأذكياء البارزين الذين يتلهفون في أعماقهم لمعرفة الله واكتساب الحكمة، ولكنهم مع ذلك مقيدون بأعمالهم وبارتباطات اجتماعية كثيرة، وهم بذلك يضحّون أهم الواجبات.. واجبهم نحو الله والدراسات العليا والحياة البيتية على مذبح المال والارتباطات الأقل قيمة وأهمية.

إن الذي خلقنا يريدنا أن نحبه محبة تلقائية خالصة... ولن نعرف طعم السعادة ما لم نمنح حبنا لله.

***

سأقهر التكبر بالتواضع، الغضب بالمحبة، الإثارة بالهدوء، الأثرة بالإيثار، الشر بالخير، الجهل بالحكمة، والقلق بالطمأنينة والسلام.

***

في قلوبنا يجب أن ينبع تعاطفٌ وجداني يبلسم جراح الآخرين ويبعد الحزن والألم عن قلوبهم.

***

قال المعلم برمهنسا لأحد التلاميذ:

"عاداتك الطيبة تساعدك في ظروف عادية ومألوفة، لكنها قد لا تكفي في توجيه دفة حياتك عند حدوث المشاكل وعندما تمس الحاجة للتمييز الفطري. بالتأمل العميق تستطيع دوماً

التمييز بين الخطأ والصواب واتخاذ القرار الصحيح في كل شيء، حتى لو واجهتك ظروف غير عادية."

***

لا يمكننا العيش بدون الله ولو لثانية واحدة. إنه يلاطفنا في النسمات الرقيقة ويمنحنا الحيوية من أشعة الشمس ويرزقنا الطعام الذي نتناوله، وهو في قلوب الآخرين من حولنا، وهو الوحيد الذين يمكننا أن نعتبره حبيبنا وخاصتنا.

***

للتواضع عبير عذب جذاب يجعل المتواضع محبوباً من الجميع.

***

يجب أن ندرّب أنفسنا على التفكير في أمور عظيمة كالأبدية واللانهاية.

***

إن الله يُظهر صنائعه الفائقة في جمال الخليقة، لكنه لا يُظهر بأنه كامن ومحتجب في تلك المحاسن البديعة.

***

إن كنت تملك عقلاً قوياً وغرسته في تربة التصميم الراسخ، وإن كان إيمانك عميقاً، تستطيع تجسيد أفكارك وتحقيق إنجازات رائعة على أرض الواقع.

***

يجب تبسيط الحياة والتعامل مع الأمور بسهولة وأريحية، فالسعادة تكمن في امتلاك الوقت للتفكير والاستبطان الذاتي. حاول أن تكون لوحدك بين الحين والآخر مستمتعاً بالسلام الداخلي الذي هو ثمرة السكينة والهدوء.

***

إن للشر قوته، فإن سرت على دروبه استحوذ عليك. إن زلت قدمك فيتعين عليك العودة في التو واللحظة إلى دروب الورع والاستقامة.

***

تقبل يا رب حنين روحي ومحبة الدهور التي خبأتها لك في خزانة قلبي.

في محراب سكينتي غرست لك روضة وزينتها بورود حبي.

بقلب مشتاق وعقل متحمس ونفس تواقة أضع على أقدام وجودك الكلي كل أزاهير أشواقي الروحية وحبي الإلهي.

***

سأستقبل كل يوم بالتفكير بالله والتأمل عليه.

كل نجمة متلألئة في السماء، وكل فكرة نقية، وكل مأثرة طيبة هي نافذة منها أنظر إليك يا إلهي.

دعني أسمع صوتك يا رب في كهف التأمل. سأعثر على السعادة السماوية الدائمة في ذاتي، عندها سيغمر السلام قلبي ويملأ كياني في السكون والنشاط على السواء.

***

أكد على الهدوء والسلام وابعث بأفكار المحبة والإرادة الطيبة إن رغبت في العيش بسلام وانسجام في هذا العالم.

***

معظم الناس هم نسخ طبق الأصل عن غيرهم، يقلدون الآخرين فيما يقولون ويفعلون... يجب أن يكون الشخص متميزاً وأن يظهر أفضل ما تمتاز به طبيعته الفريدة.

***

إن كنت قد يئست من الحصول على السعادة، ابتهج ولا تفقد الأمل. فنفسك هي انعكاس للروح الأعظم الدائم الفرح، وهي في جوهرها ينبوع السعادة.

إن أغمضت عينيّ تركيزك العقلي فلن تقدر على رؤية شمس السعادة الساطعة في أفق حياتك. ولكن مهما أطبقت جفون ذهنك تظل مع ذلك شمس السعادة تحاول النفاذ إلى حجرات عقلك المغلقة.

افتح نوافذ الهدوء وستبصر إشراقة مباغتة من شمس السعادة داخل نفسك، فأشعة الروح البهيجة يمكن إدراكها إذا ما حولت أفكارك إلى الداخل.

***

التأمل يجلو الضباب الكوني عندما يبدأ وعي النفس بالارتقاء إلى مستويات وآفاق عليا من الوجود.

كل مخترع يعمل مندفعاً بحاجة مادية فالضرورة هي أم الاختراع. وبالمثل فإن الحكماء أصبحوا - بدافع الضرورة - باحثين روحيين ملتهبين حماساً. لقد وجدوا أنه بدون رضاء نفسي لا يمكن لأي مقدار من الحظ الخارجي المؤاتي أن يجلب السعادة الدائمة...

إن قمراً واحداً يبدد ظلام الليل. وهكذا النفس المستنيرة بنور الله ومعرفته.. النفس المترسخة في الحب الإلهي. فحيثما ذهب صاحب تلك النفس فإنه يبدد ظلمة الآخرين النفسية وينشر نور المحبة والفهم والطمأنينة.

***

لكي يكون لدينا أصدقاء علينا أن نظهر مشاعر المودة الصادقة نحو الآخرين. من يفتح الباب المغناطيسي للصداقة سيجذب إليه النفوس ذات الإهتزازات [الميول والطبائع] المتشابهة.

***

السعادة تكمن في المحافظة على الصفاء النفسي خلال كل الاختبارات والتجارب الأرضية ذات الطبيعة الثنائية.

***

عندما يكون القلب مع شخص ما فإنه يسحب إليه كل صفات ذلك الشخص. من يفكر بالطيبين تنتقل طيبتهم إليه، ومن يركز بمودة على المُلهمين تتوارد إليه الإلهامات، ومن يصاحب ولو بالفكر ذوي الضمائر الحية والأخلاق النبيلة والقصد الشريف يشاركهم في نبلهم وأخلاقهم لأن الفكر يستقطب كالمغناطيس [وشبه الشيء منجذب إليه].

***

عندما يغمر فيض من الحب العارم لله قلب المشتاق يصبح غير قادر على وصف تجربته بالكلام. ذلك الحب هو سر من أسرار الروح، وهو تواصل وجداني مع الله، ويشبه النار المقدسة التي تلتهم ظلمة النفس فيبصر المريد نور الله ويحس بقربه.

***

لا يمكن لكوب صغير أن يستوعب البحر في داخله. وبالمثل لا يمكن للوعي البشري الصغير والمقيد بالمحدوديات الجسدية

والعقلية للمدركات المادية أن يستوعب الوعي الكوني في داخله مهما كانت الرغبة قوية في ذلك. لكن بالتأمل العميق والمنتظم يمكن الارتقاء بالوعي البشري وتوسيع نطاق إدراكه بحيث يلامس الوعي الكوني.

***

ذات مرة أتى إليَّ رجل في نيويورك [فور الانتهاء من إلقاء إحدى محاضراتي] وأكد لي أن باستطاعته الخروج من جسمه المادي والإنطلاق بجسمه الأثيري. قلت له "لا أعتقد ذلك فحضرتك تتوهم بأنك تمتلك تلك المقدرة." ولكنه أصرّ على امتحاني له، فوافقت قائلاً: "حسناً اذهب إذاً بجسمك الأثيري إلى الطابق الأسفل واخبرني ماذا يوجد في المطعم." ظل هادئاً للحظة ثم قال "يوجد بيانو كبير في الزاوية اليمنى." وعرفت أنه كان يتخيل ذلك لأن تنفسه كان عادياً وكذلك نبضه، فقلت "على العكس، أعتقد أنك لو ذهبت ستجد هناك سيدتين جالستين حول طاولة." سخر من قولي فقلت له "فلنذهب معاً الآن إلى المطعم." ولما وصلنا توجهنا إلى الزاوية التي ذكرها فلم يكن من بيانو فيها بل وجدنا سيدتين تجلسان حول مائدة. أخيراً أدرك صاحبنا أنه كان منخدعاً بتصوراته الواهمة.

الإيمان بالله والإنسجام الداخلي هما أكبر عون وسند للإنسان على تحمّل أعباء الحياة.

***

يجب الإصغاء لصوت الله المتردد صداه في الأفكار السليمة. الأفكار الطيبة هي بمثابة إيعازات من الله والأرواح الملائكية لتوجيهنا ومساعدتنا. وإبليس أيضاً يحاول إخضاع الإنسان لتأثيره من خلال وساوسه الشيطانية المتمثّلة في الأفكار السيئة والنوايا الخبيثة والدوافع غير النظيفة التي يجب عدم السماح لها باحتلال ساحة الفكر وتلويث فضاء الوعي.

***

عندما ينبع دعاء المريد من أعماق قلبه تصبح كلماته مشحونة بحب الله فيشعر الآخرون بتأثيره الروحي ويتذوقون الحب الإلهي في حضرته. ولكن إن لم يكن ذلك المريد قوياً فقد يسرق الذين حوله ذلك الحب منه. هذا يحدث عندما يشرعون

بالثناء عليه والإعجاب بروحانيته. فإن تملكه شعور بأنه شخص عظيم لأنه قادر على إلهام الآخرين يتسرب الضعف إليه فيحتل الكبرياء قلبه ويفقد حبه لله نتيجة لذلك.

***

يتقوى عقل الإنسان من خلال مصارعة الأمراض والتغلب على المصاعب. إن كل ما يوهن عقل المرء هو عدو له وكل ما يقوي عقله هو مرفأ سلامه. واجه أحداث الحياة بجرأة ورباطة جأش. لقد أظهر لي الله أن هذه الحياة هي حلم كوني. عندما يستيقظ بنا الوعي الروحي نتذكر تجارب الحياة كحلم عابر من الفرح والحزن وندرك بأننا خالدون في الله.

***

قال الحكيم برمهنسا لأحد المريدين:

وسّع حدود مملكة حبك لتشمل على نحو تدريجي أسرتك وجيرانك ومجتمعك وبلدك وكل البلدان وجميع المخلوقات الحية، وكن صديقاً كونياً يزخر قلبك بالتعاطف واللطف نحو خلائق الله، وانثر المحبة في كل مكان.

***

لا يريد فاحص القلوب منا سوى قلوبنا.

يجب التماس الله لا من أجل منافع خاصة بل شوقاً إليه ورغبة به والإبتهال له بمحبة خالصة وراسخة ومركّزة.

عندما يضارع حب الإنسان لله تعلقه بجسده المادي الفاني عندها سيأتي الله إليه.

من لم يصطد اللؤلؤة في غوصة أو اثنتين فيجب ألا يلوم البحر بل طريقة غوصه وعدم تعمقه.

من يتعمق في الغوص في بحر الوعي سيعثر على درة الحضور الإلهي.

***

السلام هو الشراب السماوي المنسكب من أباريق السكون.

خلف الغيوم الربداء للخيبات والإحباطات المؤقتة تومض أشعة الإنجازات دائمة التوهج.

***

السعادة والنجاح والطمأنينة تتأتى ببذل المجهود للتناغم عن طريق التأمل والابتهال مع إرادة الله التي هي القوة التي تحيك نسيج الحياة على نحو توافقي مع القوى الكونية.

***

الحافز في الحياة يجب أن يكون القيام بأعمال طيبة ونشر هالة من المحبة والسلام.

***

طبيعتك خالدة فلا ترهق نفسك بالقيود المادية والمحدوديات الدنيوية. يجب تحويل كل تحسّر على فرص نجاح ضائعة إلى تفاؤل بإنجازات جديدة تجلب لك الرضاء والفرح.

***

بسّطوا حياتكم بحيث يصبح لديكم متسع من الوقت للتمتع بمباهج الحياة الصغيرة.

***

في كل ذرة من ذرات هذا الكون المدهش العجيب يفعل الله معجزات دون توقف.

***

الله هو النور الذي يبدد على الدوام ظلمة الجهل.. وهو نهر الحياة الذي يروي تربة نفوسنا.

***

الفكر المنسجم ينتج توافقاً وانسجاماً في هذا العالم الذي يبدو أنه يعج بشتى ضروب التنافر والنشاز.

***

الباعث على الأفعال النبيلة والجميلة ضمن نطاق قدرتنا هو دافع خلاق لكل إنجاز يستحق الإعتبار. إننا نسعى إلى الكمال لأن نفوسنا تتشوق لاستعادة طبيعتها الروحية ووحدتها الجوهرية مع مصدرها الإلهي.

***

إننا اليوم هنا وغداً نرتحل، مجرد ظلال في حلم كوني. ولكن خلف عدم حقيقة هذه الصور العابرة تكمن حقيقة الروح الخالدة.

***

لا رغبة للحكماء بأن تقدم لهم فروض الطاعة ولكن إن تطوعت لتقبّل توجيهاتهم فإنهم بالتأكيد سيخبرونك بالحقيقة وبما هو أحسن لك، بكل صدق وتجرد.

***

كن شجرة حية تنمو وتمد جذوعاٌ وفروعاً جديدة. ذوو القلوب القوية يقولون:

"في حياتنا أشعة شمس، ولدينا الفرص كي نعمل ونطلق أماليدَ وغصوناً من الإنجازات."

***

لا يوجد أعظم من الصدق والإخلاص في التعامل مع الآخرين.

***

افعل أفضل ما بوسعك ثم استرح واسترحِ ودع الأمور تأخذ مجراها الطبيعي بدلاً من محاولة تغييرها بالقوة.

***

قال المعلم برمهنسا مشجعاً أحد المريدين:

إن بلغتْ صلواتك الله فلا يهم إن كانت أخطاؤك أعمق من بحر الظلمات وأعلى من جبال الهملايا، سيغفرها الله لك ويمحوها كما لو لم تكن، ما دمت تصمم على عدم تكرارها. قد تغوص لوقت ما تحت طبقات الظلام ولكنك شرارة من اللهب الرباني.. قبسٌ من الشعلة الأزلية الأبدية التي لا تنطفئ ولا تخمد. يمكنك حجب القبس لكن ليس إطفاؤه.

***

إن استخدام الإرادة على نحو متواصل وهادئ وقوي من شأنه تحريك القوى الكونية وجلب استجابة من سيد الأكوان.

***

كثيرون لا يعتقدون أنه من الضروري تحليل ماهية الحب. فهم يعرفون الحب بأنه ذلك الشعور الذي يحسون به نحو أقربائهم وأصدقائهم ونحو آخرين يشعرون بانجذاب قوي نحوهم. لكن الحب هو أكثر من ذلك بكثير. الطريقة الوحيدة التي يمكنني أن أصف بها الحب الحقيقي لكم هي بوصف التأثير الذي يتركه في النفس. فالشعور ولو بذرّة واحدة من الحب الإلهي يجعل

الشخص منتشياً إلى أقصى حد من الفرح بحيث يجد صعوبة في احتواء ذلك الفرح الغامر. فالرضا الذي يجلبه الحب لا يكمن في الشعور بالحب نفسه بل بالفرح الذي يجلبه الحب. الحب الحقيقي يمنحنا سعادة تفوق حد الوصف.

***

يجب صيانة طاقة أو قوة الحياة في الجسم، واتباع غذاء متوازن والاستبشار بالخير والتبسم. فمن يعثر على الفرح في ذاته يجد أن جسمه أصبح مشحوناً بتيار كهربائي مصدره طاقة الحياة المتصلة اتصالاً وثيقاً بالإرادة الإلهية والعقل الكوني.
الإبتسام نافع جداً للصحة. إنه يستقطب اهتزازات إيجابية ويفتح آفاقاً من التفاؤل مثلما يستجلب السلام الذاتي والراحة النفسية.

***

العالم بأسره قد نسي المعنى الحقيقي لكلمة الحب، وقد أُسيء فهم واستخدام الحب بشكل يبعث على الأسف. وكما أن الزيت موجود في كل جزء من الزيتون هكذا يتخلل الحب الخليقة بأسرها. لكن تعريف الحب صعب جداً تماماً كمحاولة وصف طعم ونكهة البرتقالة، إذ يحب أن يتذوق الشخص البرتقال بنفسه حتى يعرف مذاقه، وهذا ينطبق أيضاً على الحب.

كل الناس تذوقوا الحب بصورة ما في قلوبهم ولذلك لديهم فكرة ما عن ماهيته، لكنهم لا يعرفون كيفية تنميته وتنقيته وتوسيع نطاقه ليصبح حباً إلهياً. إن شرارة من الحب الإلهي تكون موجودة في معظم القلوب منذ بواكير العمر ولكنها غالباً ما تُفقد لأن الإنسان لا يعرف كيف يغذيها وينميها.

***

الحياة كلها مدرسة من التجارب، وتشير نحو اتجاه واحد: الله.

***

مشاهد الحياة المتغيرة تحجب الحياة الحقيقية، فخلف الصور المتحركة للأشياء المنظورة غير الحقيقية تكمن الحياة الكونية الحقيقة المحجوبة عن الأنظار.

***

المتاعب والمضايقات تحدث بسبب عدم دراية الإنسان بأعماله الماضية التي قام بها في مكان ما وفي زمن ما. فمعاناته الحالية ناجمة عن أفكار وأفعال صدرت عنه فتجسّدت بذوراً تغلغلت في تربة الوعي فأنبتت نبتاً وأخرجت ثمراً له نفس مواصفات الأفكار التي أطلقها والأفعال التي قام بها.

المحن والبلايا لا تأتي لتحطم الإنسان وتشلّ إرادته، بل لتجعله يقدّر الله حق قدره ويحترم قوانينه التي من خلالها يمكنه الحصول على السعادة الحقيقية.

***

قال المعلم برمهنسا لرهط من المريدين:

مارسوا فن العيش في هذا العالم دون فقدان سلامكم الداخلي، وسيروا على درب الاتزان لبلوغ بستان معرفة الذات المدهش العجيب.

***

في التواضع نعثر على وادٍ من الأحلام المرصعة بأزاهير معرفة الذات العاطرة الناضرة.

***

جمال الله لا حد له. حسنٌ أن نستمتع بالورود والزهور ولكن أعظم من التمتع بحسنها هو أن نرى وجه الله خلف طهارتها وجمالها. التلذذ بالموسيقى محبة بالموسيقى لا يمكن مقارنته بصوت الله الخلاق والمنساب من خلال أنغامها.

***

النفوس المحبة للسلام تستجمع مياه الحكمة المتدفقة من الينابيع البشرية والإلهية.

يا رب، إنني أدرك بأنك تصغي لعبارات روحي الصامتة ونداءات قلبي لك.

***

فلنعمل دوماً على تجميل حياتنا من كل ناحية بانتهاج الحب والصدق والإخلاص وبالنظر يومياً في مرآة التأمل الذاتي وسبر أغوار النفس.

***

الجهل [العادات المزعجة] يشبه الحكة أو الهرَش. فكلما استجبتَ لإلحاح الجلد عليك بحكه للتخلص من الشعور المزعج كلما ازدادت الرغبة في الحك، وكلما تجاهلت ذلك الشعور ولم تستجب له كلما قلت مضايقته لك.

***

يجب ألا يتعدى الشخص على حقوق غيره وألا ينتزع منهم أرضهم أو سلامهم أو محبتهم أو كرامتهم أو أيا من ممتلكاتهم المادية أو المعنوية. إن لم تشعر بالرغبة في أخذ ما ليس لك فالذي تحتاجه أو ترغب فيه سيأتيك. السرقة تتولد أولاً في الفكر عندما يبدأ الشخص بحسد الآخرين. يجب نزع بذور المشتهيات الخبيثة من الفكر.

***

مع بزوغ فجر الأشواق الروحية يختار الإنسان إزميل الحكمة ليصوغ حياته على نحو بديع.

***

عندما ننظر إلى كل ما هو جميل في الطبيعة نختبر شعوراً من الرقة والعطف في داخلنا.

***

أي خطوة هامة في الحياة تستحق التفكير بها ملياً ومطولاً، وتمحيصها في نار التجارب اليومية تحت ظروف متفاوتة.

***

إن ذوي القناعة الذاتية هم الذين يسلكون باستقامة. السعادة تأتي فقط من التفكير النظيف والعمل المستقيم. إن كنت سعيداً الآن ستكون سعيداً في المستقبل هنا وفي العالم الآخر. يجب أن نختزن محصول الخير باستجماع ثمار الحكمة ما دامت شمس الفرص المتاحة مشرقة. وبعبارة أخرى يجب اغتنام الفرص قبل فوات الأوان.

***

سيروا على دروب الحياة بثبات ورباطة جأش، مدركين أن القوة اللانهائية الخلاقة معكم، تواكبكم وتسندكم.

***

كل شخص يحتاج إلى فترة من الخلوة والراحة كي يتمكن من التعامل مع ضغوط الحياة المتزايدة، ويجب أن يحترم الأفراد استقلالية بعضهم البعض.

خلف كل ظل من ظلال الحياة يكمن نور الله الأعظم.

***

أمسك دفة الإيمان ولا تخشَ الظروف الخارجية غير الملائمة التي تعصف بسفينة حياتك. وثق أن "المستحيلات" التي تأمل بتحقيقها ستحققها بعون الله من خلال قوة الإيمان التي تصمد في وجه كل التحديات.

***

عندما تستطيع تحقيق الإنسجام الذاتي يمكنك عندئذ الإنسجام مع الجميع.

***

هذا العالم ليس بيتنا؛ يتنا هو على الجانب الآخر، في وعي الله الكوني.

***

هل يوجد ما هو أكثر تشويقاً من أن يعيش المرء حياة مثمرة وغنية بالإنسجام والمحبة والعطاء؟

***

استنشق الهواء النقي لأفكار الآخرين الحيوية واستفد من وجهات نظرهم الإيجابية المشرقة.

***

إن قلبي ليخفق فرحاً عندما أرى حفنة من المريدين الصادقين يتعطشون لحب الله. لم نأتِ إلى هذا العالم إلا لقطف ثمار محبة الله وخدمته بأمانة وتواضع.

***

عِش في الحاضر فقط وليس في المستقبل. اعمل أفضل ما بوسعك اليوم ولا تنظر إلى الغد.

***

في كهف الصمت الداخلي ستعثر على ينبوع الحكمة.

***

في الجبهة، بين الحاجبين، يوجد الباب إلى السماء. هذا المركز في الدماغ [مكان العين الروحية أو الوعي الروحي] هو محور الإرادة. عندما تحصر قوتك الذهنية في هذا المركز وتستحث إرادتك بهدوء سيتحقق ما تريده. (غالباً ما نلاحظ أن الشخص الذي يحاول تذكّر شيء ما يلامس لا شعورياً هذه النقطة في جبهته).

لهذا يجب عدم استخدام الإرادة في الأغراض الشريرة. إن تمني الضرر المتعمد للآخرين هو سوء استخدام فاحش للقوى الموهوبة لنا من الله. إن وجدت أن إرادتك ماضية في اتجاه مغلوط، توقف لأن المضي في ذلك الاتجاه ليس ضياعاً للطاقة الروحية وحسب، بل سيتسبب أيضاً بفقدانك لتلك القوة، ولن تتمكن من استخدامها حتى في الأغراض الحسنة.

إننا – كبشر – موهوبون بالقدرة على ضبط النفس. وبالرغم من أننا غير كاملي التحرر لكن بيدنا المفتاح إلى الحرية. ومع ذلك فإن كثيرين من البشر يعيشون عيشة عشوائية، فهم لا يستخدمون ذكاءهم وإرادتهم الحرة الموهوبَين لهم من الله لبلوغ السيادة الذاتية.

***

النمر محكوم بغريزة القتل ولا خيار له في ذلك. لكن الإنسان يمتلك حرية الإرادة والذكاء كي يعمل باستمرار على تحسين وضعه ورفع مستواه بدلاً من البقاء أسير الغرائز والعادات الضارة.

***

ذات مرة كنت مسافراً بالقطار وكان الطقس حاراً للغاية، وبدا الهواء كما لو كان صادراً عن فرن. الذين حولي كانوا جميعهم يعانون من شدة الحر لكنني كنت أبتسم في داخلي لأن عقلي كان منفصلا عن فكرة الحر إذ كنت قد أقنعت نفسي بأن نفس الكهرباء التي تصنع الحرارة في الفرن تصنع الجليد في الثلاجة... وفي تلك اللحظة شعرت كما لو أن طبقة من الثلج قد غلفت جسمي.

***

عندما أبعث بأمواج محبتي وأماني الطيبة للآخرين فإنني بذلك أفتح منفذاً للحب الإلهي كي يأتي إليّ.

***

حاول التخلص من الأشياء المزعجة في حياتك أو تحملها إن اقتضت الضرورة دون السماح لها بمضايقتك نفسياً.

إن كان باستطاعة الشخص أن يكون نظيفاً فلا داعي لأن يبقى متسخاً.

قد يتعلق المرء بالعيش في كوخ تعلقه بالعيش في قصر.

العامل الأهم في بلوغ النجاح الروحي هو بذل المجهود.

***

الدنيويون يطلبون عطايا الله لكن الحكماء يطلبون العاطي نفسه.

***

في الليل أنسحبُ كلياً من مطالب العالم وأكون مع نفسي غريباً بالمرة عن هذه الدنيا، وحيداً مع إرادتي، أدير أفكاري وأرسلها في المسارات المرغوبة إلى أن أتوصل في قرارة نفسي إلى القرار الصحيح وكيفية وضع ذلك القرار موضع التنفيذ. بعدها أحفز إرادتي للقيام بالنشاط السليم فتحقق لي النجاح بعون الله. على هذا النحو استخدمت إرادتي بكيفية فعالة مراراً عديدة، لكن ذلك لا يتحقق ما لم يكن استخدام الإرادة متواصلاً.

***

إن صورة الجبال المرتسمة على لوحة الأفق الزرقاء، وآلية جسم الإنسان العجيبة، والورود والبساط السندسي الأخضر، وشهامة النفوس، وسمو العقول، وعمق المحبة... كل هذه تذكرنا بالله الجميل ومصدر كل نبل وشهامة.

ما لم يعمل الإنسان على تنمية طبيعته على نحو متوازن عقلياً ومادياً وروحياً فلن يتذوق طعم السعادة الحقيقية. البصيرة الروحية تلهمنا الرشاد، ومن غير الحكمة السماح للأنا الصغيرة (الإيغو) بالتسلط على الحكمة أو الحكم الصائب والتمييز، بل يجب أن يكون القرار الأخير للبصيرة والضمير.

***

إذا ما شحنت بالحب والأشواق فكرة عن الله واحتفظت بها في أعماقك، عندئذ سيأتي إليك سيد الأكوان ويتقبل منك تلك الفكرة لأن الشوق الإلهي يلامس قلب الله.

***

عندما تكون آمناً في الله يمكنك التمتع بكل شيء إنما دون تعلق. لذلك من الأهمية القصوى بذل المجهود للتعرف على الله وإلا فقد تخيب الحياة ظنك وتحطم آمالك بكيفية مريعة.

***

إن وقتنا سيزول وما نراه الآن سيضمحل ويتلاشى يوماً ما. التغيير حسن ما دمت لا تسمح له بإيذائك، وعندما يؤلمك يكون بمثابة مؤشر على ضرورة عدم امتلاك رغبات من شأنها أن تسبب لك المعاناة إن تعذر عليك تحقيقها.

***

كل ما في الكون مترابط وتجمعه بغيره صلة وثيقة. ومن خلال الاستخدام الصحيح للعقل البشري الموهوب لنا من الله ندرك بأن الحياة كلها متصلة بالعقل الأسمى.

***

الخليقة المادية بأسرها والتي تبهر عقل الإنسان... لا تمنح سوى إيحاءات مشوقة لعجائب الكون المدهشة.

***

يجب عدم محاولة القيام بأي عمل بفكر مشوش ومضطرب كالريشة في مهب الريح، بل يتعين إنجاز كل الواجبات بسلام باطني وظاهري، بسكينة وضبط نفس، بذكاء وتركيز كبير.

***

إن خصصت كل يوم بعض الوقت للتفكير العميق بالله ومناجاته ستحصل في المقابل على راحة كبيرة وسعادة حقيقية.

***

كل يوم يجب أن يكون يوم شكر على هبات الحياة: أشعة الشمس والماء والفواكه الشهية والخضار التي هي هبات غير مباشرة من المانح الأعظم: الله.

***

إنني ملكٌ على نفسي وليس ملكاً مملوكاً للممتلكات. لا أملك شيئاً لكنني أسوس مملكة سلامي، وإنني متوّج على عرش الرضاء الدائم.

***

عندما تكون هادئاً تشعر بعالم من السعادة ينبض في داخلك.

***

لا معنى للحب البشري ما لم يكن راسخاً في حب الله غير المقيد بشروط. الشاب والفتاة يقعان في الحب وبعد فترة يحل التنافر والكراهية محل الحب. الغرام البشري ناقص بينما العشق الإلهي كامل ودائم.

***

الطريقة الوحيدة لاختبار الحب الإلهي هي عمل كل شيء مرضاة لله... وستجد أن الله يأتيك بكيفية لا تتوقعها، وسيغمرك فرحه ويشرق عليك نوره.

رغبتي هي إنشاء معابد لله في نفوس الناس ورؤية ابتسامته المباركة مشرقة على وجوههم. إن أعظم إنجازات الحياة هي أن يكرس الإنسان معبداً لله في روحه وهذا أمر سهل التحقيق.

***

كثيرون يأتون إليّ للتحدث عن همومهم فأطلب منهم كي يهدّئوا من روعهم ويتأملوا وألا يفكروا بطرق أخرى لحل مشاكلهم إلا بعد الشعور بالطمأنينة والسكينة الروحية. عندما يكون الفكر هادئاَ والإيمان بالله قوياً لا بد من إيجاد الحلول للمشكلات. إن تجاهُل المشاكل لا يضمن التخلص منها، ولا القلق بسببها يأتي بنتائج إيجابية. تأمل حتى تشعر بالهدوء ثم فكر بعد ذلك بمشكلتك وصلّ بحرارة لله كي يمنحك عونه. ركّز عندئذ على المشكلة وستجد حلاً لها دون هم أو جهود مضنية.

***

أعزف يا رب ألحانك الخالدة على ناي حياتي كي أتبارك باهتزازات أنغامك القدسية.

***

من المهم جداً السيطرة على الانفعالات من أجل السعادة وراحة البال، عندئذ لن يتمكن أحد من إغاظتك أو إيقاظ الحسد في نفسك، بل ستظل راسخاً وشامخاً في أعماقك، لا يقدر أحد على تحديك أو زعزعة سلامك.

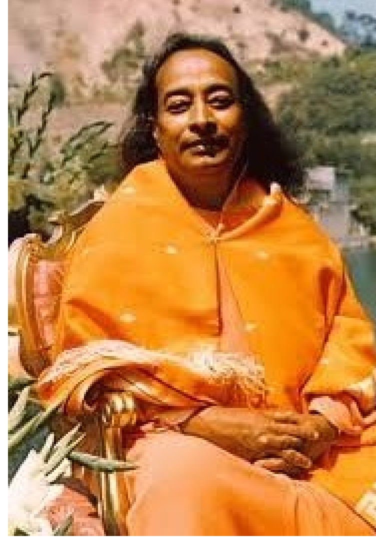
***

التواضع هو أضمن السبل للحصول على أمطار الرحمة الإلهية.

***

أحياناً يعتقد الناس بأن الله بعيد عنهم، في مكان قصيّ من الكون، ولذلك لا يناجونه. لكنه أقرب من القريب وأعز من الحبيب للذين يفكرون به ويعتبرونه قريباً منهم.

روحية



يجب إيقاظ النفس

من سبات الضعف وقيود الإحباط

وابتعاثها في فضاء الحكمة والنور والسلام

هناك عدة طرق للقيام بذلك

منها ضبط النفس

والتغذية الصحيحة

والجرأة والثبات على المبادئ

والحالة النفسية المستقرة

والبسالة في مواجهة التحديات

وإراحة الوعي من المشتتات الحسية

والتركيز الفكري على الإيجابيات

ورفض الهزيمة في معترك الحياة

لأن الإعتراف بالهزيمة يوهن العزيمة

وتفعيل القوى الروحية اللامحدودة

التي وهبها الخالق للإنسان

والتأمل على الله حتى ملامسة حضوره

إن أكثر المؤشرات دقة على وجود الله

هو الفرح المتعاظم أثناء التأمل عليه

عندما يتحرر العقل

من التحامل والتحيز والإجحاف

وعندما يتلاشى ضيق الأفق

وعندما نتعاطف مع الآخرين

ونشعر أن بيوت العبادة على اختلافها

هي بيوت الله

وعندما ندرك أن الحياة هي كفاح وأداء واجبات

وفي نفس الوقت حلم عابر

وعندما نفكر بالله بمحبة

ونعمل على إسعاد الآخرين

بالكلمة الطيبة والخدمة الإيثارية

عندئذ سندرك أن الله معنا

وأننا على تواصل وثيق معه

الروتين الكوني: بين القوة والذكاء
بعض الناس لا يدركون
أن هناك فرقاً بين القوة والذكاء.
الكهرباء قوة
ولكن ما لم يتم وضعها في مصباح
فلن تعطي الضوء الذي يمكننا استخدامه
والذكاء هو الذي يضع الكهرباء في المصباح
لا يمكن لكل قوى الطبيعة
أن تعمل من تلقاء ذاتها على نحوٍ مُرضٍ
دون ذكاء يوجهها وينسق ما بينها
وهكذا نرى أن مصنع الذكاء الكوني
يعمل بطريقة منسقة
للبخار قوة لتحريك الأشياء
والنار تحوّل الماء إلى بخار
وهاتان ليستا سوى قوتين فقط
من قوى الطبيعة
لكنهما في حالتهما الطبيعية غير المُسخرة
لا تنتجان شيئاً ذا نفع يُذكر
أما عندما يتم استخدامهما بذكاء
وتوجيههما توجيهاً صحيحاً
فإنهما تقدمان خدمة كبيرة للإنسانية
ومن هنا نستدل
أن الأرض والكون بأسره
يخضعان لروتين دقيق
مما يجعل الحياة البشرية ممكنة
وهذا الروتين الكوني

أو "إيقاع الأفلاك"
هو نتاج عقل إلهي فائق
لا وجود للكون بدونه
ولا قدرة للعقل البشري المحدود
على الإحاطة بأسراره وخفاياه.
Invocation
أيها النور الإلهي
المتخلل ذرات المادّة!
إنك محتجبٌ غير منظور
لا تدركك الحواس
سواء في أشعة الشمس
الذهبية الدافئة
أو في حبال القمر الفضية الباردة
المصابيح السماوية تظهر الطبيعة
لكنها لا تظهرك
عالم المادة المنظور
بفعل الأنوار الكثيفة
هو مجرد ظلام لعينيّ
درّب بصيرتي كي تبصر بهاءك المتواري
متجليا في كل الخليقة
في الإقليم المخي
الدماغ البشري بما فيه
من تضاريس وتلافيف
تحوي قنوات شريانية
وأنهار داكنة من عروق دموية
هو صورة مصغرة عن بلد كبير
ترى هل هذه المنطقة الباذخة
خلو من ساكن إلهي؟
أتوجد قصيدة دون شاعر؟
أو ساعة من غير صانع؟
أو وردة من دون مصمم؟
لا.. قطعاً لا

وبالمثل فإن الإقليم المخي
ذا الجمال الخفي
قد تم تكوينه بوسائل
عجيبة وذكاء خارق
تـُرى من يقطن هذا البهو الرائع
بجدرانه المصنوعة من
الأنسجة العظمية المتلاصقة
ومكوناته المذهلة
التي تعصى على التقليد؟
إذ تحت الجمجمة تكمن منطقة
تعج بمليارات الخلايا
النابضة بالحياة والذكاء
والمنهمكة على مدار الساعة
بنشاطات بالغة الجهد والتعقيد
ذرات دماغية دقيقة
تعمل دون توقف
بوظائف متباينة
تحضير مآدب
وفحوص مجهرية
واستقبال ضيوف وافدة
عن طريق أبواب الحس
هناك ما يشبه البيع والشراء..
عمليات متواصلة
من امتصاص وتصريف
وكالقوارب الصغيرة
تتنقل كريات الدم
وسط أقنية الشرايين
محملة بشحنات حيوية
متعددة الضروب والأصناف
بإيحاء من المبدع ذي الألطاف
الكبرياء يسبب العمى الروحي
لأنه يطرد من النفس

رؤيا الإتساع الرحب
الذي يسكن النفوس الكبيرة
العظماء يدركون
أن قواهم مقترضة
من الله القوي
الذي يحب المتواضعين
ويزيدهم علماً وهداية وقوة
سواء كان الشخص
رجلَ أعمال ناجحاً
أو سياسياً حاذقاً
أو دكتاتوراً مستبداً
أو مصلحاً كبيراً
فإن قوته هي لا شيء
مقارنة بقوة الله اللامتناهية
التواضع هو الباب المفتوح
الذي منه يدخل فيض الرحمة
والمحبة والطمأنينة
إلى النفوس الطيبة
المُحبة للخير
والمتقبلة لأنوار
وبركات السماء
مثلما يستحيل بقاء الظلمة
حيثما يسطع النور
هكذا يجب أن تتلاشى ظلمة المرض
عندما يشع نور الله في خلايا الجسم
وقلائل هم الذين يدركون هذه الحقيقة
عندما يشعر الناس برغبة قوية في الشفاء
يبتهلون بقلوب متقلقلة
أو بشعور من اليأس
محتسبين أن الله لن يصغي لصلواتهم.
أو أنهم يدْعون لكن لا ينتظرون
ليعرفوا ما إذا كان دعاؤهم قد وصل إلى الله

مثلما لا يمكن الإستماع
إلى الموسيقى المبثوثة في الأثير
باستخدام جهاز استقبال معطل
هكذا لا يمكن التقاط اهتزازات
الصحة والقوة والحكمة المنبثقة عن الله
بجهاز نفسي معطل بالمخاوف والهموم
وكل ضروب القلق والشكوك وعدم اليقين
دعنا نتذكرك ونشكرك يا رب
في الفاقة والرخاء
في المرض والشفاء
في الظلمة والنور
وفي كل الظروف
ولنتذكر بامتنان أيام العافية
التي جدت بها علينا
وساعدنا كي نفتح عيون الإيمان
لنبصر نورك المبارك
الشافي من كل الأمراض والعلل
سيتذوقون من جديد الفرح الداخلي
إن قانون الحركة قائم على قانون السبب والنتيجة أو الفعل ورد الفعل

الإنسان المولود طيباً في هذه الحياة كان كذلك في تجسد سابق{ بِمَا قَدَّمَتْ أَيْدِيهِمْ} وإذا ما اجتهد في عمل الخير فإن كفة الخير سترجح أكثر فأكثر لديه - "من له يُعطى ويزاد

أما الذين لا يملكون سوى القليل من المزايا الطيبة فقد يفقدون حتى ذلك القليل {ومن ليس له يؤخذ منه} بفعل الميول الشريرة القوية التي تهاجمهم وتعصف بهم

الإنسان الميّال إلى الشر لا بد وأنه امتلك تلك النزعة الشريرة في حياة سابقة، وقد تزداد لديه الميول الشريرة وتتحكم به. أما الذين لديهم بعض الميول الخاطئة فقد كانوا هكذا من قبل، وإذا ما رجحت كفة الخير لديهم فإن الصفات الطيبة ستطرد من نفوسهم الميول الخاطئة

هذا هو العمل الطبيعي لقانون السبب والنتيجة (الكارما). ومع ذلك ينبغي أن لا يشعر الإنسان بأنه عديم الحيلة ومقيّد إذا ما اتفق أن لديه عادات غير مرغوبة يريد التخلص منها. الآن هي الفرصة المواتية لقهر تلك العادات من خلال تنمية العزيمة الماضية والتفكير الصحيح

بإمكان الإنسان تحرير نفسه من قبضة العادات الخاطئة وخلق عادات صالحة فكراً وفعلاً، تجلب له النتائج المرغوبة

ومهما كانت العادات الشريرة متأصلة في الإنسان، عليه أن يتذكر أنه هو الذي خلق تلك العادات من خلال تكرار أفكار وأفعال محددة، وأن بمقدوره استبدال تلك العادات السيئة بأخرى طيبة من خلال التفكير الإيجابي البنّاء

الأفكار الصالحة والشريرة هي حالات متباينة من وعي الإنسان. طبيعي أنه من الأفضل أن يحلم الشخص أحلاماً سعيدة بدل المعاناة من كوابيس مريعة وفظيعة. الوعي مرن وحسّاس ويمكن أن يتقمص الحالة التي يريدها أو أن يحلم الأحلام التي تروق له

لكن المشكلة مع الناس هي أنهم يسمحون لمملكة وعيهم – بمحض إرادتهم واختيارهم - بأن تحكمها الميول المنحرفة والتوجهات الخاطئة وليدة العادات السابقة، وهكذا تبقى قوى تمييزهم طريدة شريدة، وكذلك الحامية الميتافيزيقية المتمترسة خلف حصون التمييز والإدراك

عندما يتذوق المنتشون بالعادات المغلوطة مرارة الآلام الناجمة عن العيش غير الطبيعي فإنهم سيتوجهون إلى نور الفهم والعيش الصحيح طلباً للنجاة مهما كانت عاداتهم السيئة عاتية ومستحكمة

بعد ذلك، فإن عملوا على تنمية وتغذية العادات الطيبة من خلال ممارسة طرق وأساليب العيش التوافقية سيتذوقون من جديد الفرح الداخلي وسينعمون بالسلام كثمرة طبيعية لضبط النفس وتنمية العادات الجيدة

الصداقة الحقيقية
تعني المبادلة الإيجابية

والمشاركة الوجدانية
وتعني تطييب خواطر الأصدقاء
في أوقات الضيق
والتعاطف معهم
في أحزانهم وملماتهم
وتقديم النصح لهم
في الظروف الحرجة
والمساعدة المادية
في أوقات الحاجة الفعلية.
عندما يكون الشخص صادقاً مع نفسه
وصديقاً مخلصاً للغير
سيصبح مؤهلاً
لتذوق رحيق الصداقة الإلهية
عندما يشعر الآخرون بحبنا
سيتمدد ذلك الحب ليصبح حباً شاملاً
يسري في كل القلوب
المتناغمة مع أنباض الحياة المباركة
إن الفشل في بث المشاعر الودية
يعني تجاهل قانون التمدد الذاتي
الذي بواسطته تتسع مدركات النفس
لتلامس الحضور الإلهي
عندما نرسّخ الثقة
في قلوب الآخرين المتقبلين
ونتمكن من توسيع حدود محبتنا
لتشمل قطاعات أكبر من الناس
سنستطيع عندئذ توسيع نطاق وعينا
وإطلاقه نحو مشارف الوعي الكوني
شيئان يرغب فيهما كل الناس دون استثناء
يختلف البشر ظاهرياً عن بعضهم من حيث تكوينهم النفسي
والعاطفي، ومن حيث الأدوار التي يؤدونها في الحياة، وما
يقومون به من أعمال ويعتمل في نفوسهم من رغبات. لكن

تحت كل هذه الفوارق يوجد شيئان اثنان يرغب فيهما كل الناس – دون استثناء – بل ويشعرون بالحاجة إليهما

هذا الشيئان هما التحرر من كل أشكال المعاناة والعوز، وبلوغ السعادة الدائمة غير المقيدة بشروط؛ أو الرضاء التام الذي يشمل السلام والحب والحكمة والفرح

ولن يرتاح للناس بال قبل تحقيق ذلك الرضاء الذي تشتاقه قلوبهم ويسعون إليه بشتى الوسائل والطرق. وهذه نقطة محورية في فهم الحالة البشرية

ولكن للأسف الناس يبحثون عن الرضاء في غير مظانه فيخفقون في العثور عليه

إنهم يبحثون عنه في الدنيا والأشياء الدنيوية.. في الممتلكات والظروف الخارجية وفي علاقات غير قائمة على فهم سليم وأسس متينة

ونتيجة لذلك فمن المستحيل أن يحصل الإنسان على السعادة النقية من أي ظرف أو من أي شخص في هذا العالم نظراً لطبيعة الخليقة نفسها

فالخليقة قائمة على مبدأ الازدواجية. على سبيل المثال لا يمكنك الحصول على صورة بلون واحد فقط، بل تحتاج إلى التباين أو المغايرة. وبالمثل، مستحيل أن تنعدم الثنائيات من هذا العالم

وبالنظر إلى رغبات الإنسان، كل واحد منا يرغب في الحصول فقط على الأشياء الحسنة – الأشياء الممتعة والجميلة والإيجابية – دون الحاجة إلى التعامل مع النفايات والإزعاجات والأمور الأخرى غير المستحبة.. لكن ذلك مستحيل

ففي هذا العالم ذي الطبيعة الثنائية لا وجود لمتعة دون ألم أو لنور دون ظلام، أو لخير دون شر، أو لحياة دون موت. ولا يمكن الحصول على جانب واحد من قطعة نقود معدنية دون الجانب الآخر. فالذي نتشوق إليه في أعمق أعماقنا لا يمكن العثور عليه في أي شيء يمكن أن يمنحه لنا العالم

الخيار يعود إلى الإنسان. هل سيواصل بحثه عن ضالته في المكان الخطأ ويختبر الإحباط تلو الإحباط؟

الناس يبحثون بكل ما أوتوا من قوة ورغبة، لكنهم لا يعثرون على مطلبهم وذلك يفضي إلى الحبوط والقنوط . بل وأكثر من ذلك يؤدي إلى استياء متزايد وهذا بدوره يتحول إلى غضب عارم وبالتالي إلى أعمال عنف. ولذلك فطريقة البحث المغلوطة لا توصل إلى السعادة المنشودة

المدبر الأعظم يريد لنا سعادة غير منقوصة لا يمكن العثور عليها إلا في أعماق النفس. ولذلك فقد خلق الله هذا الكون بحيث لا شيء فيه يرضي قلب الإنسان ويحقق أشواقه إلا عند توجهه إلى مصدر السعادة والنعيم والرضا والذي هو مصدره أيضاً

حقاً أن مملكة السماء داخل الإنسان.

التوازن في الميزان

التوازن هو مَثلٌ أعلى، يجمع ما بين الإعتبارات
المادية والنفسية والعاطفية والروحية
في وحدة متناغمة، وهو ذو طابع عملي
يستحث التفكير الخلاق ويشجع على العمل المثمر
كل واحد منا يريد أن يمتلك جسماً سليماً
معافىً ومتحرراً من كل العوائق وضروب الوهن
كما نرغب في أن تكون عقولنا يقظة
وأن تعمل عواطفنا ومشاعرنا لصالحنا وليس ضدنا
ونريدها أن تساهم في جعل علاقاتنا مع الذين حولنا
توافقية ومُرضية، مثلما نريد أن نكون أيضاً
على تواصل مع الجانب الروحي لكياننا
الأوقات قد تكون عصيبة
والضغوطات كثيرة
والتوترات متزايدة
ولتحقيق التوازن في مثل هذه الظروف
يتعين الإستثمار في قدر من الطاقة والوقت والإنتباه.
فالتوازن لا يحدث بفعل التمني
بل يجب تحقيقه من خلال التخطيط الفعلي والمجهود الجاد
هناك عناصر عديدة في حياتنا تحتاج إلى توازن
والكثير منها يبدو غير منسجم مع بعضه البعض

على سبيل المثال، المسؤولية تجاه الأسرة
و تحصيل لقمة العيش والمحافظة على الصحة
ومراعاة المبادئ الأدبية والخلقية
والتعامل مع الكم الهائل من المعلومات الضرورية
والواجب تجاه المجتمع
إضافة إلى التزامات عديدة أخرى تتطلب منا الوقت والطاقة
الوقت ضيق بالنسبة لنا جميعاً
لكن يتعين علينا تبسيط حياتنا لتقليل مشكلاتنا.
فكم من الوقت الثمين يُصرف في البحث عن أمور مادية
نعتبرها أفضل لأنها جديدة ولا يمكن الإستغناء عنها
لكن لهذا الهوس ثمناً عبّر عنه بوذا بالقول
"من يرغب بامتلاك الأبقار عليه أن يهتم بشؤونها".
ولو حللنا حياتنا لوجدنا أننا نهتم بالكثير من "الدمى
التي أقنعتنا وسائل الإعلام والإعلانات التجارية
أنها حتمية لراحتنا وسعادتنا
ومن المفارقة أن ما تُدعى مبتكرات لتوفير الوقت
قد سلبت الإنسان العصري
ما كان يتمتع به من وقت حر في الماضي
و لكي نتمكن من موازنة العناصر المتنافرة في حياتنا
نحتاج إلى نقطة ارتكاز ثابتة
لا تتغير بتغير الزمان والمكان والظروف
فكلما ازدادت الحياة تعقيداً كلما احتجنا إلى الإدراك
بأن المرتكز الوحيد الذي يمكن التمسك به والركون إليه
هو الله القدير والكامن خلف الحياة بكل ظواهرها ومظاهرها
فهو قارب النجاة وسط بحر الحياة الهائج المائج
والملاذ الآمن من لطمات الحياة وضرباتها الموجعة
***
الناس يثقون بأنفسهم
أكثر من ثقتهم بالله
مع أنهم يعلمون يقيناً

أنهم في نهاية المطاف
لا يستطيعون التنفس
أو المشي أو الحركة
بدون قوة الله الدافعة والمباشرة
المختزنة في الدماغ والقلب وخلايا الجسم
ولأنهم تعودوا على الإعتماد على الطعام
والهواء وأشعة الشمس
فقد باتوا يعتقدون أن هذه العناصر الخارجية
تعيلهم وتمنحهم الحياة
لكن من الوهم التفكير على هذا النحو
لأن الإنسان يعتمد مباشرة على قوة وحيدة
وتلك القوة هي الله
ولأن الله هو الأعلى والأعظم
والأرفع في الوجود
فقد استولى الخوف منه على الناس
مع أنه روح المحبة والحنان والرحمة والسلام.
لا أريد أن أرسّخ في الأذهان جحيماً وكبريتاً حارقاً
لأن الله هو الحبيب الأقرب إلى القلب والنفس
وهو الجميل الذي لا يمكن مقارنة شيء بحسنه
وإن فكرنا به بهذه الطريقة
سنحس بقربنا منه وقربه منا
وإن سعينا إليه صادقين
سيفتح لنا ذراعيّ الرحمة والحنان
وإن طلبناه بكل جوارحنا
وشعرنا بشوق متعاظم نحوه
سيأتي إلينا
بكل تأكيد
-
في طرق لا حصر لها
يظهر لنا المنطق
أن الله هو سبب وعلة هذا الوجود
لكن البرهان الفعلي عن وجود الله

لا يمكن التوصل إليه
بالإستدلال العقلي وحسب
إن رغبنا في العثور على الله
- الذي هو الغاية الوحيدة من وجودنا –
فيجب أن نذهب إلى أبعد من
عملية التفكير الاعتيادية
لأن الله أبعد من مقاسات العقل الحسي
ولا يمكن إدراك جوهره
بفكر منهمك دائماً وأبداً
بالرغبات المادية
حيث تتقاذفه أمواج اللذة والألم
وتعبث به العواطف المصطخبة
إن أردنا بلوغ حالة سامية
من الوعي والمدركات العليا
فمن الضروري سحب الفكر
من نشاطه الهائج المحموم
بتركيز الذهن والتأمل على الله
وما أن يهدأ جيشان الأفكار
حتى تحل على النفس سكينة عذبة ومباركة
فيشعر المريد بطمأنينة ويقين
خارج نطاق التجربة العادية
إذ تنفتح بصيرته وتتيقظ ملكاته الروحية
ويدرك إدراكاً مباشراً
عن غير طريق الحواس
الحضور الإلهي المغبوط
غالباً ما لا نبصر الأشياء الأقرب منا
فنمرّ بكنوز ثمينة دون أن نتوقف
ونواصل جرينا وراء الخيال
أو نحاول الإمساك بأقواس قزح
نبحث عن الأمن في الظلام
مع أن نفوسنا في الحقيقة تشتاق النور.
نشرب أحلاماً لا تروي العطش

في حين تتعطش أرواحنا للحقيقة العظمى
نجري خلف سراب لا وجود له أصلاً
في محاولة كي نستريح في ظله
من حر الحياة وقيظها اللاهب
عندما في الحقيقة نهفو شوقاً
لواحة السلام والإنسجام
الكامنة في نفوسنا
إن التنوع غير التوافقي
الذي تعج به الدنيا
والذي يغرينا ويتستدرجنا
كي نحصر اهتمامنا بالماديات
هو مجرد ظل باهت
للنفائس النادرة التي تكمن
في مناجم الباطن
يجب أن نعمل على تهدئة الفكر القلِق
اللاهث أبداً وراء بضاعة الدنيا
وتوجيه مساره نحو الداخل
ويجب أن نناغم أفكارنا ورغباتنا
مع الحقائق الشافية الكافية
الموجودة في أعماق الذات
عندئذ سنبصر الإنسجام
في حياتنا وفي الطبيعة
إن قمنا بمناغمة آمالنا وتوقعاتنا
مع التوافق الفطري في داخلنا
سنبحر بأمان في بحر الحياة
دون خوف من غرق
لأن انسجامنا الذاتي
سيكون بمثابة سترة النجاة
وبأجنحة الثقة بالله
سنحلق عالياً في أجواء السلام.
قد يتساءل البعض
"ما دمنا نمتلك حرية الإختيار

فلماذا تأتي النتائج مخالفة لتوقعاتنا؟"
والجواب هو الآتي
لقد أضعف الإنسان إرادته
وفقد الدراية بالقوى الروحية
الموجودة في وعيه
ولكن إن عمل على تقوية إرادته
بممارسة ضبط النفس
والتأمل على النور الإلهي في داخله
تتحرر إرادته
وعندما تتحرر إرادته
يصبح سيد قدَره.
أما إن وجد أنه يعيش
بكيفية لا يرتضيها ضميره
فلن يتحرر ولن يتمكن من الصعود
على سلـّم الإرتقاء
يجب أن نصرف الوقت
للقيام بتلك الأشياء
التي تساهم في إسعادنا
وتعود علينا بالنفع والخير
لا أحد يستطيع أن يوقف مسيرتنا
ما دامت عزيمتنا ماضية
في المضي قدماً
الإنسان يحصر نفسه
داخل زانزانة ضيقة
من الأفق المحدود
والأفكار الصغيرة
والمزاج المتقلب
والعادات غير الصحية
ولهذا السبب يتعين عليه أن يدرب نفسه
كي يكون أكثر مرونة وانفتاحا وتقبّلاً.
يجب أن نعمل على إبقاء أهوائنا تحت سيطرتنا
وتمرين إرادتنا في الإتجاه الصحيح

بعمل أفضل الأشياء في الحياة
وأن نكثر من التفكير بالله
ونبث روح المحبة والسلام والإخاء
في كل بقعة من هذا العالم
ذوو العقول الجبارة

المعلم برمهنسا يوغانندا

ترجمة: محمود عباس مسعود

بما أننا أتينا إلى هذا العالم من حيث لا ندري، فمن الطبيعي لنا أن نتساءل عن أصل وغاية الحياة. إننا نسمع عن خالق لهذا العالم ونقرأ عنه لكننا لا نعرف طريقة للتوصل إليه. كل ما نعرفه هو أن الكون بأسره يعلن عن وجود عقله الإلهي. وكما أن القطع والأجهزة الصغيرة والدقيقة لساعة صغيرة تجعلنا نعجب بالساعاتي؛ ومثلما تثير آلات المصنع الكبيرة والمعقدة دهشتنا وإعجابنا بمخترعها، هكذا عندما نرى عجائب الطبيعة ندهش من الذكاء المحتجب خلفها، ونتساءل:

"من أعطى الزهرة شكلا نابضا بالحياة ومتجها نحو الشمس؟

من أين أتى عبيرها وجمالها؟

وكيف تكونت بتلاتها بتلك الدقة المتناهية وخضبت بالألوان الرائعة البهيجة؟"

في الليل تحفزنا النجوم والقمر الناشر ضياءً فضيا من حولنا كي نتأمل على الوعي الذي يسيّر هذه الأجرام السماوية في الفضاء السحيق.

ضياء البدر الناعم لا يكفي للنشاط اليومي، وهكذا فإن عقلا حكيما حليما يوحي لنا بالراحة في الليل. ثم تشرق الشمس فيجعلنا نورها الساطع نرى العالم من حولنا بوضوح وصفاء، ونأخذ على عاتقنا تحقيق ما يعرض لنا من احتياجات.

هناك طريقتان لتحقيق احتياجاتنا: الطريقة المادية والطريقة الروحية. عندما تسوء صحتنا، على سبيل المثال، يمكننا الذهاب إلى الطبيب قصد العلاج. ولكن يأتي وقت لا يمكن لطبيب أو لغيره تقديم المساعدة فنتحول إلى الطريقة الثانية؛ إلى القوة الروحية التي صنعت جسمنا وعقلنا وروحنا. القوة المادية محدودة، وعندما نفشل نتوجه إلى القوة الإلهية غير المحدودة. وهذا ينطبق أيضا على حاجياتنا المالية. فعندما نبذل ما بوسعنا دون الحصول على كفايتنا، نتوجه إلى تلك القوة.

كل واحد يظن أن مشاكله هي الأسوأ. البعض يشعر بالضغوط أكثر من سواه لأن مقاومته ضعيفة. ونظرا للفوارق في قوى البشر النفسية فإنهم يبذلون مقادير مختلفة من الطاقة. إذا واجهتْ الشخص صعوبة كبيرة جدا، وكان عقله ضعيفا، فلن يتمكن من التغلب على المشكلة. ذوو العقول الجبارة يستطيعون التغلب على صعوباتهم بهدم حواجزها وزعزعة أركانها. ومع ذلك فقد واجه أقوى البشر الفشل أحياناً. عندما تواجهنا متاعب ومصاعب مادية وفكرية وروحية جمة وقاهرة ندرك كم هي محدودة قوى الحياة في هذا العالم المادي.

يجب ألا تكون كل جهودنا مكرسة لتحصيل الصحة الجيدة والضمان المادي وحسب، بل للبحث عن معنى الحياة أيضا. ما هي غاية الحياة؟ عندما ترضـّنا الصعوبات رضّاً نلجأ إلى محيطنا أولا، محاولين القيام بكل التعديلات المادية التي نظن أن العون يكمن بها. ولكن عندما نصل إلى طريق مسدود ونقول: "إن كل محاولاتي باءت بالفشل، فماذا يمكنني أن أفعل أكثر من ذلك؟" نبدأ بالتفكير الجاد حول إيجاد حل ناجع لمشكلتنا. وعندما نبلغ بتفكيرنا عمقاً كافيا نحصل على الجواب من داخلنا. وهذا بحد ذاته شكل من أشكال الصلاة المستجابة.

الصلاة: مطلب روحي

الصلاة هي مطلب روحي. لم يخلقنا الله متسولين لأنه خلقنا على صورته. الكتب المقدسة تصرّح بذلك. المستعطي الذي يذهب إلى بيت أحد الأغنياء ويطلب صدقة يحصل على

نصيب شحّاذ. ولكن الابن يستطيع أن يحصل على أي شيء من أبيه الغني. لذلك يجب أن لا نتصرف كشحاذين.

بعض الناس لديهم كل شيء ويبدو أنهم مولودون في أحضان الرغد والنعيم، بينما آخرون يبدو أنهم يجتذبون المتاعب والفشل لأنفسهم. فأين صورة الله بهم؟ إن قوة الروح الإلهي تكمن في كل منا. ولكن كيف يمكننا تنمية تلك القوة؟ ربما شعرت بالإحباط في الماضي بسبب عدم استجابة صلواتك، ولكن لا تفقد الأمل والإيمان. ولكي تعرف ما إذا كانت صلاتك ذات فعالية أم لا يجب أن تمتلك في قرارة نفسك اعتقاداً أساسيا بقوة الصلاة.

ربما لم تستجب صلوات البعض لأنهم اختاروا الاستجداء. كذلك يجب معرفة ما ينبغي طلبه من الله. قد تصلي من كل قلبك وبكل قواك كي تمتلك الأرض وما عليها، ولكن صلواتك لن تلقى قبولا لأن كل الصلوات المتعلقة بالحياة المادية هي محدودة أصلا، بل وينبغي أن تكون محدودة. ولكن هناك طريقة صحيحة للصلاة. يقال أن للقطة تسع أرواح. ولكن للمصاعب تسعة وتسعون روحاً! يجب أن تعثر على الطريقة الفعالة للتخلص من "قطة المصاعب". إن سر الصلاة الناجعة يكمن في تغيير الوضع من مستعطٍ متسول إلى صاحب حق. فعندما تسأل الله شيئاً من ذلك المستوى الروحي ستمتلك صلاتك قوة وحكمة معاً.

بذور النجاح تكمن في قوة الإرادة

معظم الناس يصبحون عصبيين ومتوترين للغاية عندما يحاولون إنجاز شيء ما ذي أهمية كبرى بالنسبة لهم. القيام بالأعمال بقلق وعصبية لا يجذب القوة الإلهية، ولكن الاستخدام الهادئ والمتواصل للإرادة يهز قوى الكون ويأتي باستجابة من المطلق اللانهائي. إن بذور النجاح لكل ما تنوي تحقيقه تكمن في إرادتك. الإرادة المهشمة والمحطمة بالصعاب تصبح مشلولة مؤقتاً. أما صاحب العزم والحزم الذي يقول: "قد يتمزق جسدي إرباً ولكن هامة إرادتي ستظل مرفوعة وبالتصميم مدفوعة" يبرهن عن أقصى درجات الإرادة.

قوة الإرادة وتوجيهها في المسار الصحيح هو ما يسمو بالإنسان ويرفع من مستواه. عندما يتخلى الإنسان عن استخدام تلك الإرادة يصبح شخصاً عادياً غير مؤثر في الأحداث. كثيرون يقولون أنه لا ينبغي لنا استخدام إرادتنا من أجل تغيير الظروف والأحوال، خوفاً من عرقلة الخطة الإلهية. ولكن لماذا منحنا الله الإرادة إن كان لا يريدنا أن نستخدمها؟ قابلت ذات مرة رجلاً متزمتاً قال أنه لا يؤمن باستخدام قوة الإرادة لأن استخدامها يغذي الكبرياء الذاتي. فأجبته: "إنك تستخدم إرادتك الآن، وبقوة، في مقاومتي. وإنك تستخدم تلك الإرادة في التحدث والوقوف والمشي والأكل وارتياد دور السينما، وحتى للنوم. إنك تريد كل ما تفعله. فبدون قوة الإرادة تصبح شخصاً آلياً." من واجب الإنسان مناغمة إرادته المحكومة بالرغبات مع إرادة الله. لذلك عندما يتم رفع الصلاة الصحيحة بصورة متواصلة تصبح قوة إرادة بحد ذاتها.

يجب أن تؤمن بإمكانية الحصول على الذي من أجله تصلي. إن كنت تصلي من أجل امتلاك بيت وفي نفس الوقت يقول عقلك "من أين لك المقدرة على شراء بيت يا مغفل؟" فإنك توهن إرادتك بمثل هذا التفكير. عندما تطرد عبارة "لا أقدر" من عقلك تحصل على القوة العليا. طبعاً البيوت لا تنزل من السماء، وللحصول على بيت ينبغي أن تستعمل قوة الإرادة وتقوم بالأفعال البنّـاءة لتحقيق مطلبك. عندما تواظب وترفض الاعتراف بالفشل ستتمكن من تجسيد ما تصبو إليه. وعندما تستخدم تلك الإرادة باستمرار من خلال أفكارك وأعمالك، ستتحقق رغباتك ويأتيك كل ما ترغب به وتتشوق إليه. عندما تواصل الجهد بعزم وإصرار ستظهر النتيجة المرغوبة بكيفية ما، حتى ولو كان ما ترغبه غير موجود أصلا في هذا العالم. في مثل تلك الإرادة تكمن الإجابة الإلهية لأن الإرادة الطيبة تأتي من الله. الإرادة المثابرة هي إرادة إلهية.

أحرق بذور الأفكار السلبية

الإرادة الضعيفة هي إرادة بشرية واهنة. فعندما تخترقها وتمزقها التجارب والفشل تفقد صلتها بالمولّـد اللانهائي. ولكن

خلف الإرادة البشرية تكمن الإرادة الإلهية التي لا تعرف الحبوط أو الإحباط. حتى الموت بكل جبروته لا يقدر على كسر أو إعاقة الإرادة الإلهية. إن الله سيستجيب حتما لتلك الصلاة المدفوعة بقوة الإرادة ذات الإصرار والإستمرار.

معظم الناس كسالى خاملون إما جسدياً أو نفسياً، أو جسدياً ونفسياً معاً. هم يرغبون في التأمل لكنهم يفكرون بالنوم. وما أن يحني النعاس رؤوسهم حتى يغطوا في نوم عميق وتكون تلك نهاية الصلاة! في هذه الحالة تكون الإرادة مدفونة. إن دماغ الإنسان العادي مليء بـبذور "لا أستطيع". وكونه مولوداً في أسرة ذات خاصيات وعادات معينة فإنه يتأثر بها مقتنعاً بأن لا قدرة له على هذا الشيء أو ذاك. يجب حرق تلك البذور الضارة وتخليص الوعي منها. لديك القدرة على تحقيق كل ما تريده. وتلك القوة تكمن في صميم إرادتك.

الراغبون في تنمية الإرادة يلزمهم الصحبة الطيبة. إن كنت ترغب في أن تصبح عالم رياضيات عظيم وكان زملاؤك يكرهون الرياضيات، فبكل تأكيد ستبرد همتك ويخبو حماسك. ولكن عندما تختلط برياضيين بارعين ستتقوى إرادتك، وسيمْكنك القول "إن كان بمقدور الآخرين النجاح فباستطاعتي أنا أيضاً النجاح."

لا تستعجل القيام بأشياء كبيرة رغبة منك في تنمية إرادتك. لكي تنجح يجب أن تجرّب إرادتك أولاً في بعض الأشياء الصغيرة التي كنت تظن أنك لا تستطيع القيام بها. إن بذلت المجهود سيكون النجاح من نصيبك.

لا زلت أذكر كل الأهداف التي قال لي أصدقائي وغيرهم أنني لن أتمكن من تحقيقها أبداً، ومع ذلك فقد حققتها. هؤلاء الأشخاص أصحاب "النوايا الحسنة" قد تسبب آراؤهم أضراراً كبيرة. وقـّانا الله منهم ومن مشورتهم. الصحبة لها أكبر الأثر على الإرادة. الذهاب إلى الحفلات الراقصة حيث المشروب والأغاني الصاخبة بدلاً من التأمل في محراب السكون يلوث الفكر بغبار الاهتزازات الدنيوية الكثيفة بحيث يصعبالتخلص من تلك الإهتزازات. إرادة المرء تتقوى حتماً أو تضعف بتأثير أصحابه.

إن تنمية الإرادة بالمجهود الذاتي وحسب هو أمر صعب للغاية. إنك تحتاج إلى مثال حسن تتشبه به. إن أردت أن تصبح رسّاما فعش وسط الرسوم الجيدة وعاشر الرسامين. وإن شئت أن تصبح رجلا روحياً فصحاب الروحيين ذوي الطبائع السامية.

هناك فارق كبير بين الاعتقاد والتجربة. يتأتى الاعتقاد من الأشياء التي سمعتها وقرأت عنها وقبلتها كحقائق جوهرية. أما التجربة فهي ما اختبرته بنفسك وأدركته فعلاً. إن يقين الذين اختبروا الله ثابت لا يتزعزع. إذا لم تكن قد ذقت برتقالة في حياتك فبالإمكان خداعك فيما يتعلق بخواصها. ولكن إن كنت قد أكلت برتقالا من قبل فلا يمكن إيهامك، لأنك تذوقت تلك الفاكهة وتعرفها جيداً.

انشد صحبة الذين يعززون أيمانك

إن الأفكار عن الله والنجاح والشفاء...الخ، كلها تكمن في عقلك بصورة كبسولات نفسية. حاول تجريبها. ولكي تختبر أفكارك ينبغي أن تستخدم إرادتك كي تتمكن من تجسيدها في أرض الواقع. ولكي تنمي قوة الإرادة اللازمة يجب أن تخالط أصحاب الإرادة القوية. إذا رغبت في الشفاء بإرادة الله انشد صحبة أولئك الذين يعززون إيمانك ويشحنون إرادتك.

لقد ذرعت الهند بطولها وعرضها محاولا العثور على عارف بالله، لكن أولئك نادرون. كل المعلمين الذين قابلتهم أخبروني عن اعتقاداتهم الشخصية. ولكن في المسائل الروحية كنت مصمماً على عدم الاقتناع بالكلام عن الله. لقد أردت أن اختبره وأحس بحضوره فعلا. فما يقال لي لا معنى له ما لم أدركه بالتجربة الذاتية.

ذات مرة كنت أتحدث مع أحد أصحابي عن قديسي الهند. وكان صاحبي سمساراً فلم يشاركني حماسي، بل قال: "إن كل ما تدعوهم قديسين هم بالأحرى دجالون، ولا يعرفون الله." لم أجادله، بل غيرت الموضوع ورحنا نتحدث عن مهنة السمسرة. وبعد أن أخبرني الكثير عنها قلت بلطف: "هل تعلم أنه لا يوجد

سمسار واحد جدير بالثقة في كلكتا، وأنهم كلهم كذابون؟" فاستشاط غضباً وأجاب بسخط: "وماذا تعرف عن السماسرة؟" فأجبته: "وهذا ما عنيته بالضبط. وأنت ماذا تعرف عن القديسين؟" فأفحم. وتابعت القول بهدوء ومودة: "أنا لا أعرف شيئاً عن السمسرة وأنت لا تعرف شيئاً عن القديسين."

لقد وصلت ممارسة الدين إلى مرحلة لم يعد ممكناً معها للكثير من الناس تحويل أفكارهم الروحية إلى تجربة فعلية. إنني أتحدث هنا عن تجاربي الشخصية. لا أرغب في التحدث عن الأشياء التي أعرفها معرفةعقلانية وحسب. معظم الناس يقرؤون بعض الكتب عن الحقيقة فيصبحون ذوي اكتفاء ذاتي دون بذل المجهود الكافي لإدراك الحقيقة خلف الكلمات. الأبواق والطبول الجوفاء الذين يتشدقون بالحقائق الروحية لا يفيدوننا بشيء ولا يتركوا في نفوسنا انطباعاً طيباً. يجب أن نميّز بين خطب ومواعظ الشخص وسيرته الذاتية. على الراغب في تعليم الآخرين أن يثبت أولاً بأنه قد اختبر فعلاً ما تعلمه وأدرك بالتجربة ما يقوله.

(ولم أجدِ الإنسانَ إلا ابنَ سعيهِ

فمن كان أسعى كانَ بالمجدِ أجدرا

وبالهمةِ العلياءِ يرقى إلى العُلا

فمن كانَ أرقى همةً ً كان أظهرا

ولمْ يتأخرْ من يريدُ تقدماً

ولم يتقدّمْ من يريـــــدُ تأخـــُّرا)

والسلام عليكم

زمام المبادرة وروح الإبداع

لدى النظر إلى مشاهد هذا العالم التي لا تعد ولا تقف عند حد.. إلى حشود البشرية المندفعة بسرعة حثيثة طوال مراحل

العمر، تعترينا الدهشة ونتساءل عن السر الكامن وراء هذه الظاهرة العجيبة. فإلى أية غاية نحن سائرون؟ وما عسى أن تكون غاية تلك المسيرة؟ وما هي الطريقة الأمثل لبلوغ تلك الغاية؟

معظمنا نسير مندفعين دون غاية وبلا هدف، كالعربات المنطلقة نحو اللاشيء. وإذ نرتطم بطيش ورعونة على دروب الحياة يفوتنا إدراك الهدف من رحلتنا. كما أننا نادراً ما نلاحظ ما إذا كنا نسير على طرقات متعرجة لا تفضي إلى هدف منطقي، أو على صراط مستقيم يقود مباشرة إلى غايتنا المنشودة. وكيف يمكننا العثور على غايتنا إن نحن لم نفكر بها قط؟!

معظم الناس – بالرغم من جهلهم لغاية الحياة – يمتلكون ما يكفي من روح المبادرة لتحديد طبيعة هدفهم والبحث عنه والتعامل بكيفية معقولة مع بيئتهم وظروفهم الحياتية. وما هي روح المبادرة ؟ إنها مقدرة إبداعية، شرارة من المبدع اللانهائي موجودة في كل منا.

معظم الناس عقولهم شبيهة بمحركات ذات قوة حصانية واحدة! وبالرغم من وجود طاقات هائلة في عقل كل إنسان لكن نفراً قليلاً جداً يستخدم تلك القوى التي بانتظار التفعيل. اهتمامات الناس عادة محدودة ومحصورة بضرورات العيش كالأكل والعمل والتسلية والنوم وما شابه.

يقول علماء النفس أن هناك فرقاً وحيداً بين الإنسان والحيوان. فمن بين كل المخلوقات، الإنسان هو الوحيد الذي يضحك (ربما باستثناء القرود والضباع المقهقهة). الضحك مفيد، وإن لم يستخدم المرء تلك الموهبة يفقد أهم مظاهر النمو البشري. يجب أن لا نكون كالذين ينظرون للحياة نظرة حادة جادة، لا يهشون ولا يبشون ونتيجة لذلك لا يتمتعون بالحياة أبدا.

وبالإضافة إلى قدرة الإنسان الفريدة على الضحك فإن لديه مقدرة فائقة أخرى: واحدة من أعظم الخاصيات على الإطلاق، وهي القدرة على الإبداع أو الإبتكار. فما هي تلك القدرة الغامضة

الملغزة؟ الغرب هو بلد الإبداع العملي والصناعي والعلوم التطبيقية. والشرق هو بلد التنوير والإبداع الروحي. لذلك روح المبادرة هي القدرة على الإبداع.. عمل شيء ما لم يفعله أحد من قبل، بطرق مبتكرة.

روح الإبداع هي القدرة الخلاقة المشتقة من الخالق.

ماذا فعل الناس في حياتهم بمعونة هذه الهبة المقدسة؟ وكم من البشر يحاولون فعلا استخدام مقدرتهم الخلاقة؟ أسابيعٌ وشهورٌ وأعوامٌ مرّت وتمرّ وهم على حالهم لم يتغيروا إلا بالعمر فقط. إن صاحب الإبداع متألقٌ كالشهاب الثاقب المندفع في أجواز الفضاء.. يخلق شيئاً من لا شيء ويجعل المستحيل ممكناً بالقدرة الإبداعية للروح الأعظم.

هناك ثلاث فئات من المبدعين:

فئة استثنائية رائعة وفوق العادة، وفئة متوسطة، وفئة عادية. وهناك المئات والألوف ممن يمكن تصنيفهم في فئة اللاشيء.

سل نفسك هذا السؤال: "هل حاولتُ قط أن أفعلَ شيئاً ما لم يفعله آخرٌ من قبل؟"

تلك هي نقطة البداية في تفعيل روح المبادرة وإطلاق الإبداعات الكامنة.

لا تكن كالذين يظنون أن لا قدرة لهم على التصرف بكيفية مغايرة للعادي والمألوف. إنهم كالسائرين في نومهم. فالإيحاءات التي يحصلون عليها من وعيهم الباطن أقنعتهم بأنهم أناسٌ من فصيلة القوة الحصانية الواحدة.

لقد آن الأوان أن يوقظ الإنسان نفسه من حالة الغفلة والذهول وأن يؤكد لذاته بأنه يمتلك أعظم المواهب البشرية: روح الإبداع.

كل إنسان لديه شرارة من المقدرة الفائقة التي بواسطتها يستطيع أن يخلق شيئاً ما لم يخلقه أحد قبله. لكن للأسف البشر واقعون تحت التأثير المغناطيسي لبيئتهم ولا يحاولون الإفلات من ذلك التأثير القوي. إن قال الشخص "كل السبل مطروقة فما الفائدة من المحاولة؟" يسمح بذلك لنفسه بالوقوع في قبضة وعي دنيوي مسلوب الإرادة ومثبط العزم. وهذا هو السبب في عدم نجاح العديد من البشر في الحياة.

هذا ينطبق أيضاً على الجانب الروحي. فهناك العديدون الذين لا يتغيرون طوال عمرهم. وبالرغم من عدم رضائهم بسبب ضيق الأفق ومحدودية التجربة فهم يخشون التفكير بكيفية مغايرة لما نشأوا عليه. على الإنسان أن يكيّف نفسه لاختبارات الحياة بحسب ما يمليه عليه ضميره ويوحي به قلبه وأن لا يتصرف (على العمياني) دون تبصر.

لقد قال لي معلمي الجليل سري يوكتسوارجي:

"إن كنتَ تمتلك في قرارة نفسك الإيمان الفعلي بالله ورغبتَ في الحصول على أي شيء فإن الله سيحقق ذلك الشيء لك حتى ولو كان غير موجود أصلاً في الكون."

لقد امتلكتُ ذلك الإيمان الراسخ بالله وبإرادتي، وكنتُ أجد دوماً أن فرصاً جديدة كانت تـُخلق من أجل حصولي على الأشياء التي أردتها.

إن قوة الإبداع في الإنسان تبقى هاجعة،غير نامية أو مستثمرة. تلك القوة هي فطرية وملازمة للنفس دوماً وهي موجودة في كل إنسان دون استثناء لكن الناس لا يستخدموها. وما هو السبيل لتفعيل روح الإبداع تلك؟

إن لم تكن للآن قد طورت قدرة التفكير الخلاق لشق طريقك بنفسك فبإمكانك كمحاولة أولى العمل على تحسين شيء ما فعله شخص آخر من قبل. إن مجهود القيام بتحسينات على مبتكرات الآخرين هي الصورة الأكثر شيوعاً بين الناس.

النوع الثاني أو الوسط لروح الإبداع يبرز في الذين يؤلفون أو يخترعون أشياء جديدة، ولكن دون أية أهمية تذكر.

أما الميزة الخارقة للعادة المتعلقة بروح الإبداع فهي التي تجعل صاحبها يقف أمام العالم في وهج ساطع كالعظماء الذين أتوا بأشياء جديدة نافعة للعالم لم يسبقهم أحد من قبل عليها. أولئك العباقرة الأفذاذ كانوا يتمتعون بروح إبداعية لا تقهر تدعهما إرادة لا تتوقف حتى تحقيق المراد. هل كان الله محابياً لؤلئك العظماء بحيث امتلكوا تلك العظمة المميزة؟ وهل اختارتهم الإرادة الإلهية كي يحصلوا على ذلك المجد العظيم دون سواهم؟ قطعاً لا. كل ما في الأمر أنهم استخدموا مواهبهم الإبداعية لإظهار العظمة والمجد اللذين هما ميراث كل إنسان لأنه صورة الله منبع كل إبداع وابتكار.

الذين يطمحون إلى المجد الذاتي ليسوا عظماء. وإذ ينتفخون بالكبرياء والغرور والإعتداد بالنفس لا يحصلون على أي دعم من الله. الذين يحبون العطاء ويشجعون الآخرين على تفعيل طاقاتهم وتنمية قدراتهم وغرس الثقة في نفوسهم هم عظماء حقاً.

إن معظم الذين أصبحوا عظماء كانوا موجهين بصورة لا شعورية: لقد امتلكوا مسحة من العظمة كانت بمثابة المرتكز الأساسي الذي شيّدوا عليه صرح حياتهم فأصبحوا استثنائيين وتفوقوا بكيفية رائعة في مجال إبداعهم.

إن كنتَ تتحلى بصفة العظمة فهذا يعني أنك كنتَ موجهاً توجيهاً لاشعورياً بقوى العقل الذي مكنتك قدرته على تطوير طاقاتك الإبداعية من خلال فتح القنوات الكامنة في روحك ووصلها بالوعي الكلي مصدر كل أصالة وإبداع.

العظماء يمكن أيضاً صنعهم بمعنى تطوير مواهبهم وتسريع نموهم. هناك طريقة يمكن بواسطتها للشخص أن يصبح عظيماً بحصوله على هذه القوة العجيبة المدهشة والخارقة للعادة. فالتصرف بحكمة وبالتدريبات الصحيحة يمكن تنمية روح الإبداع

وإطلاق طاقاتها. إن الذين بذلوا جهوداً جبارة منذ زمن بعيد هم الذين يتمتعون الآن بتحقيق آمالهم وتجسيد أحلامهم. يجب الكشف عن القوى الهاجعة في النفس والعمل الجاد للتغلب على ما يبدو عسيراً متعذراً.

ويجب أن يكون الطامح مستعداً لتحمّل آراء العالم الممضة وانتقاداته الجارحة من أجل تحقيق النجاح في أي مجال مادي أو معنوي. كما ينبغي أخذ الحذر من الآراء المثبطة لذوي القوة الحصانية الواحدة إن كنت تريد أن تكون أصيلا، مبدعاً ومجدداً، وإن كنت ترغب بالتفكير بكيفية مختلفة والتحدث بأسلوب يختلف ولو قليلاً عن المألوف. يجب أن يكون حماسك ملتهباً لا يدنو الملل من ساحته ولا يقرب الفتورُ من مجالَه.

ذوو الروح الإبداعية العجيبة يبتلعون كل الصعوبات والمشاكل والعوائق، مؤمنين في قرارة نفوسهم أنهم على صواب.

فبإخلاص لا يعرف الإلتواء، وثبات يتحدى التأرجحَ والنكوصَ على الأعقاب، سر على بركة الله مدركاً أن القوة الخلاقة اللانهائية تأخذ بيدك وتساندك على طول الدرب.

يجب أولا ملامسة القوة اللانهائية ملامسة واعية. تلك القوة المباركة هي ينبوع كل إبداع وابتكار. ومتى حصل ذلك يمتلئ العقل الواعي والعقل الباطن بالقوة والإرادة.

منذ سنين كنتُ أخشى من فقدان روح الإبداع التي نميتها في داخلي تحت ظروف قاسية وتجارب صعبة. أما الآن فإنني أدرك أن الناموس الأعظم اللانهائي هو في روحي. ذلك الناموس القدسي هو المرتكز الأساس لكل علم وفن ومعرفة. وإن كنتُ مدعوماً بذلك المَدد الإلهي فمن المستحيل أن أفشل.

عندما ترغب في خلق شيء ما مدهش ورائع، اجلس بهدوء وتعمّق في التأمل إلى أن تحس بتلك القدرة اللانهائية المبدعة الخلاقة التي تستوطن نفسك. حاول القيام بشيء جديد. ولكن تأكد دوماً أن جهودك مدعومة بعنصر الإبداع الأعظم في الوجود

وأن ذلك العنصر المبارك هو خلف كل ما تقوم به وأنه سيحقق آمالك ويكلل بالنجاح أعمالك.

إن الله العلي القدير يريدنا أن نكون موجّهين بالقوة الخلاقة غير المحدودة للروح الإلهي. لقد سدَّ الناس بالبلادة والخمول ينبوع القوة الخلاقة في أرواحهم وينبغي أن يزيلوا كل العوائق والركام التي تحول دون تدفق المياه المقدسة في كل اتجاه. يجب امتلاك عزيمة ماضية وإرادة ناشطة في عمل الخير وعندها ستتحقق الأحلام وتتجسد الطموحات النبيلة على أرض الواقع.

معظم الناس قانعون باجترار أفكار الآخرين ونادراً ما يأتون بفكرة جديدة واحدة من عندياتهم. حسناً الإستفادة من أفكار الغير الجيدة ولكن من واجب كل إنسان أن يضيف شيئاً جديداً، سواء على المستوى المعنوي أو المادي، إلى التراث العالمي وإثراء خزانة المعارف الإنسانية. هناك خاصيات مميزة في شخصية كل إنسان وقدرات فريدة في أعماقه بانتظار الإستكشاف والتفعيل.

لقد ترددتُ بادئ الأمر في أن أصبح معلماً. فالالتزام جديٌّ والمسؤوليات ضخمة. وعلى المعلم أن يكون ممتصاً للصدمات لأنه في اللحظة التي يصبح فيها مضطرباً مشوشاً لا يستطيع مساعدة الذين يلتمسون عونه.

المعلم الصادق يجب أن يحب ويخدم الجميع وعليه أن يكون متفهماً للبشرية وأن يعرف الله. فعندما أخبرني مرشدي سري يوكستوارجي بأن دوري في هذه الحياة هو دور المعلم الروحي استعنت بالله وتوكلت عليه وابتهلت له كي يمدني بعونه ويعضدني بهدايته.

وعندما شرعت في إلقاء المحاضرات عقدتُ النية على أن محاضراتي لن تكون مستقاة من الكتب والمعرفة النظرية بل من الوحي الباطني والتجربة الذاتية، عالماً تمام العلم أن القدرة

الخلاقة التي لا يجف معينها ولا ينقطع فيضها كامنة خلف أفكاري وأقوالي.

ولقد استخدمت تلك القوة أيضاً في مجالات عديدة لمساعدة الآخرين في أعمالهم وفي طرق أخرى مختلفة.

لم أقل: "يا رب، افعل ذلك من أجلي."

بل قلت: "يا رب أريد أن أفعل ذلك إنما بتوجيهك وبركاتك. فأبتهل إليك أن تلهمني وتأخذ بيدي."

بإمكانك أن تفعل أشياء صغيرة بكيفية استثنائية فريدة. وبمقدورك أن تكون الأفضل في مجال عملك. يجب أن لا نواصل السير دوماً على الدروب المطروقة بل ينبغي أن نختط طرقاً جديدة لنا وللآخرين. بإمكان الإنسان أن يفعل شيئا ما لم يفعله إنسان آخر قبله.. شيئاً يستقطب العقول ويبهر العالم.

وباستطاعتك أن تثبت أن الروح الإلهي الخلاق يكمن بك ويعمل معك. الماضي مضى وأصبح في خبر كان. وحتى لو كانت أخطاؤك بعمق البحر فإن جوهر النفس أقوى من أن تبتلعه الأخطاء. ولكن هذه الحقيقة لا جدوى منها إن استمر الإنسان في تفكيره الخاطئ وتصرفاته المغلوطة دون بذل محاولة جادة لتصحيح مساره وإصلاح ذاته.

لكننا نهيب بالراغبين الصادقين والطامحين الجادين بأن يمتلكوا العزم الأكيد والتصميم الراسخ الوطيد للسير على الطريق دون السماح لأخطاء الماضي بإعاقة المسيرة أو للأفكار المحدودة بتكبيل الإرادة.

قد تصبح الحياة قاتمة والأجواء مكفهرة.. وقد تحل المصاعب وتضيع الفرص دون الإستفادة منها. ولكن حذار من الإعتراف بالفشل أو القول بينك وبين نفسك "لقد انتهى أمري وهجرني الله." لأنك إن فعلت تقضي على نفسك بنفسك ولن يستطيع أحد عندئذ أن يساعدك.

أسرتك قد تنبذك، والحظ السعيد قد يهجرك، والأصدقاء قد يتركوك وقوى البشر والطبيعة قد تتحالف ضدك.. لكن ما دمتَ تمتلك الإيمان بالله والإرادة القوية فباستطاعتك أن تصد هجمات القدر وتقف في وجه المصاعب كالصخرة الصلبة التي تتكسر عليها الأمواج العاتية.. وأن تسير ثابت الخطوة مرفوع الرأس كما يليق بالنبلاء من الرجال والنساء.

وحتى لو هُزمتَ مائة مرة، حاول من جديد واعقد العزم على أنك ستقهر الصعاب وتظفر بإكليل المجد. الخيبة لا دوام لها، والإحباط امتحان مؤقت. يريدك الله أن تكون مظفراً لا يُقهر، وأن تبرز إلى الوجود القوة الكلية الكامنة بك، بحيث تستطيع إنجاز دورك السامي على مسرح الحياة. تفاءل بالخير تجده وتذكر "إن بعد العسر يسرا"

استبشر اللهَ خيرا وارجُ نعمتهُ

إذ بعدَ ليل الدُجى صبحٌ وإشراقُ

ولكن كيف ستعثر على الدور الذي يناسبك في الحياة؟ لو أراد كل الناس أن يصبحوا ملوكاً ورؤساء فمن سيكون الخدم والحشم؟ إن دور الملك ودور الخادم لهما نفس الأهمية في المسرحية ما دام الممثلون يؤدون أدوارهم بكيفية ناجحة.

ولأجل هذا أتينا إلى هذا العالم باختلافات وفوارق مميزة ورغبات وميول لأعمال وهوايات شتى. لقد أراد الله أن يجعل من هذا العالم مسرحية كونية للترفيه عنا أثناء غربتنا عن بيتنا السماوي. لكننا ننسى خطة مدير ومدبّر المسرح الإلهي ونرغب في القيام بأدوارنا بحسب ما نراه نحن مناسباً، وليس كما يريد الله. ولهذا السبب تحدث هذه "الخبيصة" حيث تنتشر الفوضى ويعم الإضطراب في كل بقعة من بقاع العالم.

الناس يفشلون على مسرح الحياة لأنهم يحاولون القيام بأدوار تختلف عن تلك المخصصة لهم أصلاً. في بعض الأحيان يسترعي المهرج البهلول الأنظار والإستحسان أكثر من الملك.

إذاً مهما كان دورك مغموراً قم بأدائه خير أداء بما يرضي الضمير وستكون في نظر الله من الناجحين.

إن الله يريد بنا خيراً. فإن كانت الأدوار التي نؤديها محزنة أو مأساوية فيجب أن لا نتمرد على الحياة بل نعزز ثقتنا بالله. (وفي هذا يقول النبي عليه السلام:

"ما أنزلَ الله داءً إلا أنزلَ معه شفاء.. واستقبلوا البلاء بالدعاء.")

(يا نفسُ لا تجزعي من شدّةٍ عُظـُمتْ

وأيقني من إلهِ الخلقِ بالفرجِ

كمْ شِدّةٍ عَرَضَتْ ثم انجلـَتْ ومَضتْ

من بعدِ تأثيرها في المالِ والمُهجِ)

سيمفونيات روحية
أقوال وأشعار ونصائح وتوكيدات
Master



يجب أن نتعلم الإيثار، فالعثور على السعادة من خلال إسعاد الآخرين هو الهدف الحقيقي لكل محبي الله، المؤمنين به.

إن تقديم السعادة للآخرين هو أمر رائع وهام جداً من أجل تحقيق سعادتنا الذاتية، وهو بحد ذاته عملٌ مجزٍ.

بعض الناس لا يفكرون إلا بأنفسهم فقط، قائلين كل ما يهمني هو أن أكون سعيداً. لكن للأسف مثل هؤلاء هم الذين لا يعثرون على السعادة.

ليس من المستحسن البحث عن السعادة الشخصية وفي نفس الوقت تجاهل سعادة الآخرين ورفاهيتهم.

من يسلب الغير لقمة عيشهم باستهتار، قد يصبح غنياً ولكن ليس سعيداً لأن نقمة الآخرين عليه ستكون أشد فتكاً من السم الزعاف.

القانون الإلهي يقضي بالآتي:

عندما يحاول شخص التنعم على حساب الآخرين فإنهم سيحاولون تكدير عيشه. ولكن إن حاولَ إسعادهم ولو على حساب سعادته فإنهم سيفكرون برفاهيته وبإسعاده.عندما نفكر باحتياجاتنا الضرورية فيجب أن نفكر بحاجيات الآخرين أيضاً. وعندما نبدي اهتماماً نحوهم فإننا سنتمنى لهم الخير والسعادة.

صاحب الإيثار ينسجم انسجاماً حلواً مع أهل بيته ومع العالم من حوله. أما الأناني فيقع دوماً في المشاكل ويتعثر ويفقد راحة البال.

عندما تدرك أن الله هو السلام في داخلك ستدرك أنه السلام والإنسجام في كل شيء طيب في الخليقة وستراه في جمال الطبيعة وتحس بقربه في الصداقة الصادقة وتلمس بركاته في الطموحات النبيلة والمقاصد الشريفة المنزهة عن الغايات الأنانية وستشعر بحضوره خلف حُجب السكون وفي كل الأشياء الرائعة.

إقرع بهمة الباب وسيرتفع الحجاب وتبصر الوجه الأبهى بكامل مجده وروعة بهائه .

إن أحببت الله ستشعر بحبه ولن يقدر شيء آخر على مخادعتك .

التجارب المادية تستهويك لأنك لم تتذوق طعم السعادة الروحية ومتى تذوقتها ستعرف الفرق.

كن حراً في اختيارك. لا تدع أي شيء يقيّدك ولا تسمح لأحد بالسيطرة عليك أو التدخل في سعادتك.

إن نفسك هي جزء منفصل عن الكل الكوني ويجب أن تعثر على ذلك الكل الكامل حتى تختبر وعي الغبطة وتتذوق ملذات الحب الإلهي.

معظم الناس غير قادرين على إحداث التوازن المطلوب بين حياتهم العملية والروحية .

الروحاني يحتاج إلى المال والدنيوي لا يستطيع العيش بسعادة بدون الله.

الروحاني يعمل ولسان حاله يقول: الله يمنحني القوة ويمدني بالعزيمة فيزداد قوة ويبارك الله جهوده.

والدنيوي يعمل أيضاً ولكنه يقول: أنا الذي أقوم بكل هذا بمفردي وليس لأحد فضل عليّ فيجلب على نفسه نتائج غير متوقعة ويقع في محاذير.

جميع النشاطات العملية سواء كانت لأغراض مادية أو روحية يجب أن تقوم على أسس سليمة وتخضع لرقابة الضمير وميزان العقل.

توجه إلى الله، أذكره واجعله محور حياتك. نادهِ وناجهِ إلى أن يرشدك ويريك كيف تعمل قوانينه. وتذكّر أن التأمل على الله والشعور بحضوره لأفضل من مليون تحليل وتعليل. أخبره أنك لا تستطيع حل مشاكلك بنفسك حتى ولو فكرت ألف مليار فكرة ولكن حلها ممكن إن وضعتها بين يديه. أطلب الهداية أولاً واتبعها بالتفكير من عدة نواحٍ من أجل العثور على حل ملائم. الله يساعد الذين يساعدون أنفسهم. عندما يصبح فكرك هادئاً ومليئاً بالإيمان بعد الابتهال لله في التأمل ستتمكن من رؤية الحل المناسب لمشكلتك بعون الله وهدايته.

عندما يتحول اعتقاد الشخص بالحقائق والإمكانات الروحية إلى معرفة فعلية يصبح ذلك الشخص أكثر الناس نجاحاً وأغزر علماً من كل علماء الأرض. العظماء الذين تعرفوا على الله لا تختلط عليهم الأمور ولا تراودهم الشكوك لأنهم يختبرون الحق الذي هو الله.

يا رب، عندما كنت كفيفاً لم أعثر على باب واحد يفضي إليك. لقد شفيتَ عينيّ، والآن أكتشف أبواباً مفتوحة على مصراعيها في كل مكان.. في قلوب الأزهار وأصوات الأصدقاء وذكريات الاختبارات النبيلة والمحببة. كل نفثة من ابتهالاتي تفتح معبراً ًجديداً إلى معبد حضورك الكلي.

لم يبقَ وعيي محصوراً في زجاجة جسدية صغيرة مسدودة بفلينة من الجهل.. ولم أعد سائراً وسط بحرك الكوني دون ملامسة مياه البحر.. ولم أبقَ هاجعاً بك يا رب دون التعرف عليك

أو الإحساس بوجودك.. فكياني بأسره بات مغموراً بحضورك الكلي.

إن قرنت كل أعمالك بالله واتبعت قوانين الفضيلة فلن تفشل أو تضل. وتذكر أن الحب الإلهي يساعد على غفران الكثير من الأخطاء. فإن كنت تحس بحب عميق لله - فعلاً وليس عاطفة - فسوف تتحرر.

يجب ألا نبتهل لله بقلوب ناشفة وأفكارٍ شاردة لأن النداءات الفاترة لا تكفي للحصول على استجابة إلهية. تلك الاستجابة تتحقق بالدعاء الحار العميق النابع من أعمق أعماق القلب.

ما لم يجلب الإنسان الله إلى حياته ويخلق توازناً فعالاً فإن المشاكل ستأتي إليه مهما وكيفما كانت طريقة حياته.

يا رب، عندما أجتاز بنجاح امتحانات الحياة وتجاربها سأدرك أنني طائر الجنة الذي يشيد ويشدو بروائعك اللامتناهية وأن كياني الروحي يتخلل كل ذرة من ذرات الوجود.

لقد أيقظتُ ووسّعتُ حبي الصغير ليمتزج بروح الحب الكوني الذي فيه يحيا ويتحرك كل ما في الوجود.

بمساعدة الآخرين كي ينجحوا أحقق لنفسي النمو والإزدهار، وفي رخاء الآخرين ورفاهيتهم أعثر على سعادتي.

لقد ظن العلماء يوماً ما أن الماء هو عنصر فريد، لكن التجارب أثبتت أن عنصرين غير مرئيين هما الهيدروجين والأكسجين يجتمعان معاً لتشكيل مركّب الماء. وبالمثل هناك حقائق مدهشة يمكن إدراكها بالتجربة الروحية. فعندما نجلس بهدوء في التأمل ويتحول الفكر نحو الداخل نلامس الحضور الإلهي مباشرة وهذا رائع لأن النتائج لا تحصل خارج النفس بل داخلها.

مع انتشار أشعة الشمس الحيوية سأنشر أشعة الأمل في قلوب الفقراء والمهجورين وأشعل مصابيح العزيمة والثقة بالنفس في قلوب من يظنون أنهم فاشلون.

في هدأة الليل وأعماق السكون.. في خمائل الوعي وبعيداً عن قبضة الحواس، ناجِ المحبوب الإلهي بشوق عظيم.. فكر به باستمرار وتحدث إليه بلغة القلب والروح. وعندما تسلّم قلبك له

ستتمزق كل الحجب التي تواريه عنك، وستتلاشى المخاوف والأوهام ولن يبقى سوى نوره وفرحه الأعظم.

كثيرون يظنون أن مملكة الله تكمن في ركن ما من الفضاء، بعيداً عن أبخرة الأرض الموبوءة والمشحونة باهتزازات الآثام والمعاصي. إنهم ينسون بأن عوالم الروح الرحبة قريبة جداً منهم. فعندما يغمض المتقدمون روحياً أعينهم تتلاشى الأرض ذات الأبعاد ومعها المادة المحسوسة الملموسة في حين تظهر أقطار الأبدية في رؤىً لامتناهية أمام بصرهم الداخلي.

الوقت الذي توفره التكنولوجيا يجب استثماره في دراسة الحياة بتعمق أكبر. النشاطات العملية والمال هي وسائل لتحقيق الرفاهية، ولكن يجب ألاّ يغتر الإنسان بالماديات أو يسمح للطمع الأعمى بحرمانه من لذة العيش.

لقد استخدمتُ معول الإرادة ومعزقة التصميم واحتفرت في تربة الوعي فاكتشفت ينبوع قوة الحياة وأدركت أنني واحد مع الطاقة الكونية. أنا لست الجسد بل شحنة الكهرباء السماوية التي تتخلل الجسد.

يا رب، إنني أدرك بأن لديّ فرصة ثمينة لاكتشاف كنوز الروح الكامنة في أعماق محيط الوعي. سأستبدل التعلقات الأرضية بالتوجهات الروحية، وسأستحث إرادتي ونشاطي لتحقيق هدف الحياة، موقناً بأنك تمدني بالعون وتلهمني الصواب على الدوام.

يجب ألاّ نسمح لهذه الدنيا بأن تتحكم بِنَا أو تملي علينا، وألا ننسى بأنه ما من شيء حقيقي ودائم سوى الله، وأن السعادة الحقيقية تكمن في تجاربنا الذاتية معه.

في محراب التأمل أشعل شمعتين اثنتين: شمعة الفجر وشمعة يقظتي.

أكاليل رائعة من أشواقي الحارة تطوّق أقدام حضورك الكلي.

عبيرك المتضوع من أزاهير المحبة في أصيص قلبي ينفح كل ركن من أركان حياتي.

لقد تلاشت ظلال مخاوفي وأوهامي لمجرد سطوع نورك يا إلهي الذي أيقظني للأبد من أحلام الوجود الفاني.

بيقظة دائمة وبعينين والهتين سأرنو دون انقطاع إلى وجهك اللانهائي متأملا في قسماته التعبيرات الحلوة التي لا تتكرر أبدا!

إن رقصة الحياة والموت مستمرة على الدوام، لكنني سأحرر نفسي للأبد باستعادتي جوهري الروحي. وعندما تثور من حولي العواصف وتواجهني المحن سأبحر بقاربي عبر نهر الحياة إلى الشاطئ الإلهي.

عندما تأتي الشدائد والمصائب سأشدد عزيمتي وأشحذ إرادتي للتغلب عليها. وما دمت أعامل الآخرين معاملة طيبة سيهبني الله القوة والحكمة والرشاد.

معرفة الله هي المطلب الأول والأهم في الحياة لأنها تجلب للنفس طمأنينة وللقلب راحة. فالله هو البلسم الشافي لكل آلامنا ومتاعبنا، وهو الحل لكل مشكلاتنا والتحقيق لكل احتياجاتنا. الأشياء التي تتشوق لها قلوبنا من حب وشهرة وحكمة ووفرة كلها نجدها في الله مصدر كل خير وبركة.

كل التجارب تقاس بالقدرة على التقبل والاستيعاب، لذلك سأسرّع تطوري بالتكثيف الواعي لكل تجاربي بقوة التركيز.

أحسّ بك في أعماق فكري، وأشعر بقربك في أبلغ مشاعري، وأراك متفتحاً في حديقة حبي.

املأني بعطر وجودك علني أنتشي بأريجك المبارك.

تعالَ إليّ من خلف السماء والنجوم والأفكار والمشاعر. أرني وجهك الأقدس ودعني أدرك حضورك في روحي ومن حولي وفي كل مكان.

لقد بحثت عنك على مر الدهور والعصور .. على دروب الرغبات والمطامح والآن أدرك أنك تسكن نفسي وتلهم أقدس أحاسيسي.

لا تحتجب بعد الآن عني خلف زهور المشاعر والأفكار ونبض الوجدان.

رصّع روحي بجواهر حكمتك وانفحني بنسمات نعيمك واقصِ عني الظلمة التي حجبتك عن بصري وبصيرتي.

يا من أنت ما وراء النجوم والسماء الزرقاء، وخلف طبقات الجو وكل الكائنات والموجودات.. تقبل همسات عشقي واغمر كياني بحبك ونورك وسلامك.

طريق الحياة هو كالآتي: على أحد جانبيه يوجد وادي الجهل المظلم وعلى الجانب الآخر يوجد نور الحكمة الأبدي.

إن عوائق النمو الروحي هي الأنانية والتكبر والطمع والغضب وما إلى ذلك. هذه الصفات المظلمة تقود الإنسان أو تدفعه إلى جهل أعمق مما هو عليه.

أما التوافق مع الإرادة الإلهية فيقود إلى التحرر ويمنح السعادة التي يبحث عنها الإنسان خارج نفسه مع أنها موجودة في داخله.

قد لا تشرق شمس الفرص المواتية على دربي، وقد يكون الدرب مهجوراً مكفهراً، ومليئاً بالتجارب والمحن، ومع ذلك سأبذل غاية جهدي لمواجهة التحديات والخروج من عتمة المعضلات، مدركاً في قرارة ذاتي أن النور الإلهي سيهديني وسيشع بسطوع قوي على دربي.

إن كل قواي مقترضة منك يا رب وحياتي لا قيمة ولا وجود لها بدون حكمتك وقوتك. فما أعظمك وما أصغرني!

ليس لدينا دوماً ما يبرر افتخارنا بأنفسنا كبشر، ومع ذلك يجب ألا نسمح لأخطائنا بأن تسبب لنا الإحباط. يجب أن ننظر دوماً إلى الجانب المشرق في اختباراتنا وأن نتعلم من أغلاطنا، وأن نتوجه إلى الله بغض النظر عما يحدث لنا.

ما دام الله هو الكمال الأوحد في الوجود، سأحاول معاينة الحكمة في الجهل، وتلمس العافية وسط الوهن، والشعور بالطمأنينة في خضم المشوشات.

الله في روحي ومن حولي، يحرسني ويرعاني، لذلك سأطرد غيوم المخاوف التي تحجب سطوع نوره الهادي في أفق حياتي.

دعني يا رب لا أوجه النقد الممض لأصحابي. أما إذا طلبوا النصح مني قصد تقويم أنفسهم، فلأبدِ اقتراحات متواضعة من هديك وإلهامك. وبقوة الرقة والمحبة المتحررة من الأفكار الضاغطة والإكراه، ساعدني كي أقود المتعثرين إليك. أرشد فهمي وقواي حتى أحوّل الطبائع المظلمة إلى مريدين نيّرين يظهرون أشعة حكمتك.

اليوم سأغرس بذور الحكمة والصحة والرخاء والسعادة في حديقة حياتي وسأشكر الله عندما تتحقق أمنية قلبي.

سأنظف عقلي بالتفكير بأن الله يوجه كل نشاط من أنشطتي.

اليوم سأعمل على إظهار السلام والاتزان في حياتي من خلال أفكاري وأقوالي وأفعالي، وسأركز كل ما لدي من قوة وإرادة لتحقيق التناغم مع الإرادة الإلهية.

يا من تتربع على عرش قلوبنا المتحدة على حبك، تقبّل أشواقنا وحنين نفوسنا. باركنا جميعاً وأزل العوائق من أمامنا، وبدد عتمة الجهل منا.

ليشرق نورك الهادي على دروبنا. يقظ مداركنا واسعدنا بقربك، ودعنا نشعر بأنك معنا على الدوام.

كن صادقاً مع نفسك. العالم غير صادق معك لأن العالم يحب النفاق. وعندما تكون صادقاً مع نفسك تجد الطريق إلى السلام الداخلي.

عش في الحاضر فقط لا في المستقبل. أبذل ما بوسعك اليوم ولا تهتم للغد.

يا رب، إن جميع الغايات المادية التي يسعى الإنسان لتحقيقها لا تجلب له سوى بهجة جزئية حتى ولو تكللت جميعها بالنجاح. لكن بالعثور عليك يا رب سأعثر على ينبوع السعادة التامة والدائمة.

الأشياء المادية التي تقدم المتعة تبقى خارج الفكر، فهي مع الملذات التي تقدمها تجد مدخلاً إلى الفكر عن طريق الوهم والخيال.

أما الفرح النقي الذي هو جوهر نفوسنا فيمكن الحصول عليه بالتفكير التوافقي، وهو قريب منا وفي متناولنا.

عندما تزول المسببات الخارجية للمتع الحسية فإن السعادة المؤقتة التي تأتي منها تزول معها، لكن فرح النفس الداخلي لا يتلاشى إذا ما عرف الإنسان كيف يتناغم معه، أو ما لم يتعمد الشخص حصر أفكاره بأشياء مادية متقلبة فيصبح بذلك تعيساً.

فرح الروح الذي هو نعيم الله هو دائم التجدد وباقٍ غير فانٍ.

اليوم سأطلب الطمأنينة والسعادة داخل نفسي، وسأبقى قلعة حكمتي محروسة بالإرادة والسلام والمحبة، وسأشكر الله وأرفع إليه امتنان روحي وأشواق قلبي المتجددة.

ما أفقده في العالم لن يكون فقداناً بالنسبة لروحي.

سأرنو دوماً بعين الثقة والإيمان إلى نجم الهداية الربانية الذي لا يغيب من سماء حياتي.

بارك يا رب أفكارنا لعلها تذكرنا بنعيمك، وبارك مشاعرنا لعلها تحس بحبك، وبارك رغباتنا لعلها تشتهي ما يرضيك، وبارك طموحاتنا لعلها تحفزنا للسعي وراء كل ما هو خيّر ونبيل، ودعنا ندرك بأنك السعادة القصوى التي تحن إليها قلوبنا وتبحث عنها نفوسنا.

إنني أعلم بأن فكري سيجلب لي إما الفشل أو النجاح اعتماداً على أيهما الفكرة الأقوى في عقلي. لذلك سأعمل ما بوسعي كي أتذكر بأن الله معي يساعدني ويلهمني التفكير السليم.

يا رب، في مرآة السكون أبصر كل يوم وجه السلام وجهك.. وكل يوم سأعمل على إيقاظ حبك وسلامك في بعض القلوب.

أيتها الأم الكونية، سأقطف زهر النجوم من بساتين الليل وأقدمه هدية حب لك. كلما حدقت في وجهك الملتمع في بدر التمام تبدد ابتساماتك الحنونة همومي وتغسل أحزاني.

تأكيد:

سأطرد الجهل وأتخلص من المفاهيم القاصرة، وسأنهض من سرداب الأفق الضيق والنظرة المحدودة إلى حرية المحبة والتعاطف الإنساني.

الله يَظهر حضورُه أكثر ما يظهر في أصحاب القلوب الطيبة وذوي الميول الروحية الذين يحبونه ولا يغفلون عن ذكره. وعندما تهب العواصف وتثور أمواج المحن يستطيعون التوجه بقارب حياتهم إلى بر الأمان الإلهي.

إنني أمتلك قوة الروح الخلاقة وعلى تواصل مع العقل الكلي وأعلم بأن الله يوجهني ويساعدني على حل كل المسائل والمشاكل.

يا إلهي المحبوب، بعينين مفتوحتين وبعين عقلي سأبصرك، وسأعبدك بكل شوق وإخلاص، وسأفكر بك أثناء أداء واجباتي، وأناجيك بلغة القلب وهمس الوجدان.

قد يكون من طبع الشخص الخوف من المرض أو بأنه لن يسترد عافيته ثانية. والحالة هذه عليه تطبيق قواعد وقوانين العيش الصحيح التي تثمر حياة صحية من الناحيتين الجسدية والخُلقية، وعليه أيضاً أن يبتهل من أجل امتلاك إيمان أعظم بقوة الله الشافية. أما إن كان يعتقد بأنه فاشل ولن يمكنه النجاح في أي مجال، فعليه أن يتأكد من بذله كل الجهود اللازمة لتحقيق النجاح الذي يصبو إليه.

التفاعل والتواصل مع محبي الله يغذي أشواقنا ويرطب قلوبنا ويرفع من مستوى وعينا.

قرار ذاتي

اليوم سأفكر بالله الذي منحني الحياة، لأن التركيز على الأشياء المادية في غفلة تامة عن الله لن يجلب سوى الشقاء المادي والتعاسة الروحية.

تأكيد:

اليوم سأساعد نفسي لعلني أستخدم على أفضل وجه القوى التي امتنّ الله بها عليّ، وسأطلب من الله كي يساعدني ويبارك جهودي ويكتب لها النجاح.

عندما تكون الإرادة البشرية موجهة بالأخطاء فإنها تخدعنا وتضللنا، وعندما تكون موجهة بالحكمة تجعلنا على توافق مع الإرادة الإلهية. غالباً ما تتعارض الإرادة البشرية مع المقاصد الإلهية فنفقد الهداية الروحية التي تساعدنا على تفادي الوقوع في هوة المعاناة وأخاديد الشقاء.

سأوظف كل مقدرة أمتلكها أو موهبة أتحلى بها في عمل كل ما يرضي الله ويخدم الإنسانية.

المعرفة الناقصة شيء خطير، لأن المريد قد ينتابه الغرور والإكتفاء الذاتي فيوقف البحث الجاد والغوص إلى أعماق الروح. فقط المتحررون من الشعور بالعظمة الذاتية يزدادون نعمة وروحانية إلى أن يحظوا بالقرب من الله. حقاً إن المتعبدين الصادقين متحررون من الخيلاء وبعيدون عن التكبر والإدعاء.

عندما يعرف الإنسان نفسه ويلامس جوهره الروحي يشعر بفرح باطني يلازمه في كل التجارب الحياتية وتحت كل الظروف.

اليوم سأقوم بإيقاظ روح المبادرة وتفعيل القدرة على الإنجاز، مدركاً بأن مصدر كل القوى الخلاقة ونبع كل المعارف معي على الدوام.

إنني أدرك بأن قوة الله غير محدودة وبأنه منحني القوة للتغلب على مصاعب الحياة التي تواجهني وتجاوز كل العقبات التي تعترض سبيلي.

لقد آن الأوان لأن نتوجه بقلوبنا وأفكارنا إلى الله لنصل في نهاية المطاف إلى بيتنا السماوي حيث الراحة من الهموم والتحرر من الآلام.

إننا نمد أيدينا للحصول على عطايا الله من حياة وشمس وغذاء وكل بركاته الأخرى، لكن بالرغم من أفضاله العميمة التي يجود بها علينا ما أقل الذين يتذكرونه!

يا إله القانون الكوني، دعني أتقلد ندباتي وليدة البلايا كأوسمة مستحقة من يديّ عدلك المباركتين.

لتعمل مصاعبي اليومية كالترياق المضاد للأوهام ولتخلصني من التوقعات بالحصول على سعادة دنيوية دائمة.

ليت الدموع التي أذرفها بسبب قساوة الآخرين تغسل من عقلي بعض أدران خفية.

وليت كل ضربة حادة من ضربات معاول التكدير تفتح أعماقاً جديدة في داخلي.

يجب أن يكون الشوق الإلهي كالمسبار البحري الذي يغوص إلى أعماق محيط المدركات الروحية. إن الذين انفتحت عين بصرهم الداخلي بالتأمل يلمسون حضور الله في قلوبهم.

ساعدني يا رب كي أحوّل وعيي من المحدوديات والأفكار الضعيفة إلى المعرفة اليقينية بأنك معي على الدوام، تعضدني وتلهمني الخواطر الجميلة والمدركات السامية.

ساعدني يا رب كي أحوّل وعيي من المحدوديات والأفكار الضعيفة إلى المعرفة اليقينية بأنك معي على الدوام، تعضدني وتلهمني الخواطر الجميلة والمدركات السامية.

دعني أتذكرك يا رب - وبنفس المقدار - في العسر واليسر.. والمرض والصحة .. والجهل والحكمة.

سأحتفظ بذاكرة حبي لله وشوقي له متوهجة على الدوام بحيث ألمح في ذلك الوهج وجهه الفائق الجمال.

عندما تكون ابتسامة الوجه في توافق تام مع ابتسامة القلب تشرق ابتسامة الروح.

يا إلهي الحبيب، سأعبدك في صبيحة اليقظة، وفي ظهيرة النشاط، وفي غسق السن المتقدمة، وفي ليل الوداع الأخير.

بلمسات إحساسي الباطني سأقوم اليوم بضبط لاسلكي روحي على ترددات البث الكوني لأتخلص من تشويش القلق وأستمع لأنشودة الحب الإلهي.

حتى المتعبدون الصادقون يظنون أحياناً أن الله لا يستجيب لصلواتهم، لكنه يستجيب بصمت ووفقاً للقانون الروحي. لا بد أن يكون الدعاء صادقاً والقصد نقياً والنية صافية حتى نحصل على الاستجابة المباركة.

دعني يا رب أقدّم مسكّن السلام للقلوب المتألمة علها تجد راحة عذبة بك. اجعلني إطلالة شمس مباغتة لكل النفوس الكئيبة، وغيث خصوبة للعقول المجدبة، وهدية لطف للذين تساء معاملتهم.

الانطلاقة الموفقة نحو السعادة يلزمها طريقة عيش صحيحة وتفكير سليم وتوجه روحي وإيمان عميق بالله.

الحياة الخالية من فرح الروح هي حياة باهتة لا رونق فيها وأعباؤها مرهقة وثقيلة.

ابتعد عن ضجيج وصخب العالم كلما استطعت واطلب الأماكن الهادئة حيث يمكنك أن تكون بمفردك وأن تفكر بالله.

حيثما يخيم ظلام سوء الفهم وعدم الوئام، هناك سأنشر ضياء محبتي وسلامي.

هذه الدنيا غريبة، إذ كل شيء فيها خاضع للتغيّر والتبدّل، ولهذا يجب ألا يرسي الإنسان قارب سعادته على شواطئ هذه الدنيا.

إننا نعيش في عالم مدهش. الذين لا غاية لهم في الحياة سوى الأكل والشرب والتمتع والنوم لا يمتلكون فكرة صحيحة عن عجائب الحياة البشرية.

وجّه يا رب سواقي مباهجنا كي لا تفقد ذاتها في رمال اللذائذ الحسية قصيرة الأجل.

ولا تسمح لجداول تعاطفنا بأن تنضب وتتبخر في صحاري الأنانية المقفرة.

دع قنوات مشاعرنا تمتزج ببحيرة محبتك غير المحدودة.

لتتسع أنهار حياتنا وليرتفع منسوب مياهها بأمطار بركاتك الغزيرة ولتعبر السهول الواسعة للمشاركة الوجدانية والتضحية ومراعاة مشاعر الآخرين كي تصب أخيراً -صافية نقية- في بحرك المبارك.

من يصلي من أجل النجاح وفي نفس الوقت يقول بينه وبين نفسه لا أعتقد أنني سأنجح فلن ينجح.

الصلاة يجب أن تـُرفع بإيمان متقد وقلب متواضع كي تشرق الأنوار الربانية وتحل البركات السماوية.

وكما يتعذر التحدث من خلال هاتف معطل، هكذا لا يمكن بث الشخص صلواته بفعالية من خلال جهاز عقلي عطلته مطارق القلق والهموم والتبرم والتعلق بأمور زائلة.

بالسكينة العميقة والتناغم الهادئ مع الإهتزازات الراقية البناءة يمكن تصليح ومعايرة الجهاز العقلي بحيث تتضاعف قوة استقباله الروحية وبذلك يصبح من المستطاع بث الرسائل الوجدانية الحارة لله بكفاءة وفعالية والحصول على استجابة مباركة من السميع المجيب.

اسبح وعُمْ في محيط الاتساع غير المحدود والسلام العميق والسعادة التي تفوق الأحلام .. داخل ذاتك.

أيها المبدع الأسمى

إن النجوم المشعشعة في السماء، والجبال، وفرن الشمس المضطرم باللهب... هي بعض من تعبيرات ومظاهر حضورك الكلي.

من السهل العثور على الله بالتفكير المتواصل به والرغبة الأكيدة في التعرف عليه والمناجاة القلبية له. إنه الكنز الأعظم الذي يستحق البحث والتنقيب في منجم النفس.

عندما يُشخط عود ثقاب الحنين المتأجج على جدار النفس المشتاقة تتولد شعلة الحب الإلهي في قلب المريد.

يا رب، الأشياء الجميلة جميلة لأنها اقترضت الجمال من جمالك الذي هو أجمل بما لا يقاس من كل جمال مرئي سواء في الطبيعة أو البشر.

رائع أن نحب الله وأن نحب عباد الله. ومتى عثرنا عليه نشعر بحبه في الجميع. لا توجد قوة أعظم من قوة المحبة في الكون.

عندما يتصادق شخصان أو أكثر صداقة دائمة فذلك تعبير عن المحبة النقية أو صداقة الروح.

امنحني يا رب فرح القرب منك حتى أشاطر الجميع ذلك الفرح الأعظم، ودعني أبصر نورك الذي تشفي رؤيته القلب وتبدد ظل الهموم.

ليفلت طائر حبي من قفص القيود الذاتية ولينطلق محلقاً في فضاء الحرية ومنشداً أنشودة الروح التي تُردد صداها كل القلوب المُحبة والعقول المتناغمة.

لتحمل نسمات مدركاتنا الروحية عبير ابتهالاتنا وعطر أشواقنا المتعاظمة إليك يا رب.

عندما كنت أرغب بشيء ما، كنت أفرح عند حصولي عليه، وكنت أفرح مرة ثانية عندما أعطيه لشخص آخر.

إن الله لا يستجيب للدعوات الفاترة لكنه يأتي بكل تأكيد للذين يبتهلون إليه بعمق وإخلاص ويناجونه بقلوب طافحة بالإيمان.

القواعد الإيجابية التي يتعين اتباعها تتمثل في المعاملة الطيبة والإخلاص والصدق ومحبة الآخر وفحص النوايا وضبط النفس.

فتّح يا رب براعم قلوبنا ودع عبير الحب المختزن في قلوبنا ينطلق على أجنحة الشوق لملاقاتك.

أرسل يا رب أشعة شمس حكمتك لترشدني في أيام إنجازاتي السارة وضياء قمر رحمتك كلما سرت في ليالي الحزن المعتمة.

الأفكار الزاهرة العاطرة تنمو وتتفتح من بذور الابتهالات الوجدانية الحارة وتـُسقى بندى الأحاسيس التأملية المنعشة.

عندما ننسى الذات الصغيرة بتبادل الخدمات الودية سيتمدد وعينا وسنبصر الذات الواحدة العظمى تعمل من خلالنا.

الصداقة الصادقة هي النور الذي بواسطته يمكننا مساعدة بعضنا البعض على دروب الحياة.

أرى الكثير من القسوة والخشونة وعدم مراعاة المشاعر في هذا العالم ولا أجد مبرراً لأن أضيف المزيد لتلك التصرفات، ولو فعلت لسببت الأذى لنفسي.

أبحرْ بقارب تأملك فوق المياه المضطربة للتشويش العقلي والمشتتات الحسية.

الحزن يضاعف الحزن، وأنجع علاج للحزن هو ملامسة الحضور الإلهي الذي يعزي النفس ويبهج الخاطر.

أيها الطبيب الرباني، أطرد المرض من أجسامنا، وسّع مدارك عقولنا وحررها من الوهن والضعف، وبدد الظلمة من نفوسنا بنور حضورك المتوهّج.

الطريق إلى الله مُعبّدٌ بالصدق والإخلاص والثبات والمثابرة والتركيز والحب والشوق والتصميم والإيمان.

عندما تـُظهر الأساليب البشرية قصورها وعجزها يجب أن نتوجه إلى الله الكلي القدرة ونطلب منه العون.

أنا الوحيد المسؤول عن أفعالي وتصرفاتي لأن ما من أحد سواي سيُسأل عنها أو يُحاسَب عليها.

عندما تشرق شمس الفضل الإلهي في أفق حياتنا تفيض الخيرات وتنعدم المحدوديات.

من بئر السكون سأرفع مياه الحكمة الإلهية النقية الصافية لأروي عطشي الروحي.

لقد فصلتُ أسلاك عقلي عن منطقة الحواس الصغيرة الضيقة ووصلتها بعالم المدركات الروحية اللامتناهية فأدركت

أنني أحيا بنور الله الذي غمرني وتخلل كل ذرة من كياني، وقد امتلأت روحي بحب الله وسلامه.

في مرآة السكينة الروحية سأبصر وجه الله.

يا رب، أطلعني على سر وجودي، وساعدني كي ألمس حضورك الدائم في داخلي ومن حولي.

من اليوم سأسعى للتعرف على الله دون إهمال واجباتي الدنيوية التي أنجزها أصلاً مرضاة له.

كل يوم قمت بسقي البذور التي زرعها الله في تربة روحي، وعندما أشرقت عليها شمس رحمته فرّخت البذور ونمَت وأثمرت محصولاً مباركاً من القناعة والرضا.

ذات مرة كان أحد رجال الله يستحم في النهر، فأتي رجل آخر وراح يغسل حصانه بالقرب من ذلك الرجل الصالح، وراح يطرطشه بالماء عن عمد وبدون مبالاة، فاهتاج تلاميذ القديس وأرادوا ضرب المعتدي وطرده، لكن معلمهم قال لهم لا تفعلوا ذلك، بل دعوه وشأنه.

وفجأة لبط الحصان صاحبه فكسر وأسقط عدداً من أسنانه، فتقدم منه الرجل الصالح بكل محبة وأخذ يعتني به ويداويه. إن قانون الطبيعة الصارم وليس القديس هو الذي عاقب الأثيم.

إن الله ونواميسه الكونية يعملون دون توقف وعلى الدوام لرفع الحيف عن كل الذين يثقون بالله ويطلبون عونه ويساعدون ويشجعون بعضهم البعض على دروب الحياة.

إنني أدرك بأن عملي في هذا العالم يقود إلى النمو الذاتي ما دمت أسعى لاستكشاف كل الإمكانات المتاحة والاستفادة والإفادة منها.

السلام هو علامة الروحانية. لذلك سأقيس روحانيتي بمقدار السلام الذي أشعر به في داخلي.

دعني يا رب أدرك بأن حكمتك تسند فهمي، وأن حضورك الكلي يغمر حياتي.

تأكيد:

بالمحافظة على صحتي وحيويتي، وبالتزامي بالقيم الأخلاقية أساعد الإنسانية من خلال نهج حياتي.

عندما كنت كفيفاً لم أجد باباً واحداً يفضي إليك، أما وقد فتحتَ عينيَّ الآن فإنني أجد أبواباً في كل مكان.

مع انبلاج فجر إطلالتك البهية ستتفتح ورود أشواقي في حديقة قلبي، وسأضفر من تلك الورود إكليلاً وأضعه على أعتابك المباركة.

يا رب، مع بزوغ أشعة حبك في فضاء روحي، ينقشع ضباب الجهل وتتبدد غيوم عدم اليقين.

يا ينبوع النور، إنك محتجب خلف جدران الأشعة الكونية. افتح نافذة بصيرتي كي أراك متجلياً في كل مكان.

سأطلب السلامة والأمان أولاً وأخيراً وفي كل حين بالتفكير المتواصل بأنني مشمول على الدوام بالحماية الإلهية.

إلهي الحبيب، إن ابتعدتُ عن جادة الصواب خذ بيدي وأعدني إليها، وإن كنتُ فاشلاً ساعدني على تحقيق النجاح، وعلاوة على كل شيء، إن كنتُ جاهلاً أعِني على تحصيل الحكمة.

إن اتخاذ قرار قوي بأنك ستكون سعيداً سيساعدك. لا تنتظر حتى تتغير الظروف، متوهماً بأن متاعبك تكمن فيها. ولا تدع التعاسة تصبح عادة مستحكمة في حياتك كي لا تؤثر بذلك على نفسك وعلى الآخرين من حولك. إن كنت سعيداً فتلك نعمة لك ولغيرك، وإن امتلكتَ السعادة امتلكت كل شيء، وسعادتك تعني أنك على توافق مع الله.

ما فعلناه في الأمس حدد طبيعة أيامنا الحاضرة، وأفعال حاضرنا ستحدد ما سيكون عليه غدنا.

يجب أولاً اجتثاث الجهل من داخلنا وسيتلاشى وجوده خارجنا.

كل المتع الفانية والطموحات المؤقتة أستخدمها كحزمة من العيدان لأيقاد شعلة المعرفة الإلهية الخالدة.

الله سيظهر لي إن كان تفكيري به أقوى من الأفكار الناشزة ومن كل المشتتات الذهنية.

سأملأ قلبي بأمواج الروح الهامسة وسأسكب ماء الشوق المنعش المشعشع في أكواب النفوس العطشى.

لا بد أن تشعر الموجة بلمسة المحيط الزاخر الذي يسندها. إنني أشعر بمحيط الروح الكلي الذي يعوم وعيي في خضمه اللامتناهي.

سأبذل المجهود لمعرفة الحقيقة المستترة خلف الأقنعة التي تحجبها، عندها لن أكون تحت رحمة القوى الخارجية.

إنني أؤمن بأن العون سيأتي عندما تمس الحاجة إليه، فالقانون الإلهي يعمل بفعالية.

ما معنى الحياة إن خلت من مصاعب نواجهها وتحديات نجابهها؟

في لحظة يشوبها الحزن ويكتنفها القنوط سمعت صوتك يهمس:

إن شمس حمايتي تشع بنفس المقدار على أسطع وأظلم ساعات حياتك. آمن وابتسم ودع نوري الشافي يبرز من شفافية ابتساماتك.

يا رب، وحّد قلوبنا في معبد الحب الإلهي حيث يتألق حضورك الأسنى بكامل مجده وبهائه.

فلندرك أنك الهدف الوحيد الذي نسعى للوصول إليه. لا تنسنا ولو نسيناك، واذكرنا حتى وإن لم نتذكرك.

أشواقنا إليك قد تأتي وتذهب، تتألق وتخبو، ولكنك باقٍ على العهد أبد الدهر أيها العطوف الودود.

تقبل حنين نفوسنا ومحبة قلوبنا يا رب.

ألقيت شبكة حبي في محيط الوعي فأمسكت بصيد ثمين.

أسألك يا رب أن يمتزج شعاع روحي بنورك الأعظم وأن ينبض قلبي بحبك الإلهي لعلني أنشر نورك وحبك في كل النفوس المتناغمة.

اليوم سأخصص الوقت لأكون مع الله، متجاهلاً الأفكار العقيمة ومقصياً الأوهام الباطلة.

إشعاعات الفرح المنتشرة في سماء سكينتي تبشرني بقدومك السعيد. وسواء أظهرت ذاتك الآن أو فيما بعد، لا بد أن ألتقيك ذات يوم يا من يحبك قلبي وتتشوق إليك روحي.

هناك نوعان من البيئة: بيئة داخلية وبيئة خارجية. سأحمي نفسي من المؤثرات السيئة وأسعى للحق وعمل الصواب.

إنني أدرك بأن الخير أكثر من الشر في هذا العالم لأن الله هو أعظم قوة في الوجود.

تصميم:

كل يوم سأكون ناشطاً على المستويين الذهني والجسدي، فالجمود العقلي والخمول الجسدي كلاهما ضار بالتقدم الروحي.

يا إلهي الحبيب، افتح بي تلك العين التي لا ترى في الوجود سواك، ولا تعاين في كل جمال سوى جمالك الأبهى.

خلسة خدّعنا صياد الوجود الأرضي العابر، إذ بينما نعوم في مياه ضحضاحة ضحلة من الأمن والتأمين الزائفين تطبق علينا شبكة من الجهل القاتل.

يا ذَا الرحمة الكلية، نجنا من شبكة الشهوات والأطماع الدنيوية الخطيرة، وساعدنا كي نغوص إلى أعماق الوصال الإلهي الساكنة لننجو للأبد من شباك الوهم ومصائد الخداع.

أحس بكياني محاطاً بهالة من نور الله حيث السكينة والسلام والفرح الروحي.

سأغسل أوحال الجهل كي يشع نور الروح النقي من خلالي.

قد يكون أحدهم فاشلاً مادياً وأدبياً وروحياً، ومع ذلك إن ضاعف جهوده وأكد لنفسه بأن النور الرباني يشرق عليه سيشعر بقربه من الله وستتحسن أحواله. إن الله يستجيب للدعاء الصادق والتفكير الإيجابي، وهذه طريقة فعالة للتغلب على معوقات النجاح.

قبل أن يقدم الإنسان على عمل ما يمتلك الحرية، لكن بعد القيام بالعمل ستتبعه نتيجة عمله سواء رغب بذلك أم لم يرغب، وذلك هو قانون الكارما. لذلك من الحكمة التفكر قبل التصرف.

من يرغب بالسلام وتذوق الرحيق الإلهي عليه أن يدفع الثمن، والثمن هو تخصيص الوقت اللازم لتنمية الهدوء وصنع السلام. والطريقة الأنجع للتغلب على التوتر هي في التناغم مع سلام النفس وغبطتها وسكينتها.

يا رب، يداي تعملان من أجلك. لقد خصصت لي دوراً كي ألعبه في هذا العالم، وكل ما أفعله أقوم به إكراماً لك.

عندما نسلم أمرنا لله نجد أن الحياة قد تحولت إلى سيمفونية رائعة الأنغام. وإن حاولنا الشعور بالله أثناء القيام بكل أعمالنا نجد أنه يختار لنا كل يوم واجبات معينة ويساعدنا على إنجازها.

في إظهار مزايا الروح تكمن الطريقة الوحيدة للعيش بسلام... في داخلنا القوة لتحويل البيت إلى فردوس.

سأقهر التكبر بالتواضع، والكراهية بالمحبة، والإثارة بالهدوء، والأنانية بالإيثار، والشر بالخير، والجهل بالمعرفة، والقلق بسلام التفكير بالله والتأمل عليه.

يجب أن تكون كل أعمالنا موجهة بالصوت الداخلي للوعي الروحي.

من الأفضل أن نبسّط حياتنا. رأيت أشخاصاً متنورين، مقتصدين في مأكلهم، يعيشون في ظروف دقيقة، ومع ذلك يمتلكون أجساماً تفور بالنشاط والحيوية، لأنهم دربوا أفكارهم على عدم الاعتماد كلياً على المصادر الخارجية للصحة والقناعة.

حلق بطائرة السكون فوق أعلى قمم الحكمة، وتجول في أرض الجمال الدائم والسعادة المتجددة.

ابعدني يا رب عن الشر، وباركني كي لا أسمع شراً، ولا أبصر شراً، ولا أنطق شراً، ولا أستنشق شراً، ولا ألمس شراً، ولا أضمر شراً، ولا أفكر شراً.

كن معنا كل يوم يا رب بحيث ننجز واجباتنا بنفوس راضية وقلوب يعطرها حضورك الأقدس.

إننا نتوجه للتعاليم الروحية لأننا نريد أن نتخلص من معاناتنا. الأساليب والطرق الدنيوية ليست الحل. الله هو الحل. لقد آن الأوان كي يستيقظ الانسان ويبدد ظلمة الجهل بنور الحكمة. أعظم شيء في الحياة هو أن يعيش المرء في حصن ضميره المرتاح.

كل شخص تقريباً يشعر بأنه لا يحرز تقدماً روحياً، أي أنه لا يتغير ولا يتحسن بالرغم من محاولاته ومجهوداته المبذولة. هناك عوامل عديدة قد تعيق تقدمنا ومن واجبنا النظر إلى الحياة نظرة موضوعية، فاحصة، وتحليلية للتعرف على تلك العوامل ومعرفة كيفية التعامل معها ومعالجتها.

من يمنح مساعدة نفسية ومادية للآخرين ويطفح قلبه باللطف والتعاطف سيجد أن ما يمنحه يعود إليه.

شجرة الأماني.. ماذا تحقق



في سالف الأزمان عاش ناسك متعبد في إحدى البلدان وأمضى سنيناً طويلة متنقلاً بين الجبال بحثاً عن شجرة نادرة تدعى شجرة الأماني.

الأساطير تقول أن هذه الأشجار العجيبة غرستها حوريات الجنة ولا يعثر عليها إلا المتقشفون مكافأة لهم على ممارساتهم الجادة لرياضات روحية صارمة. ويقال بأن لهذه الأشجار القدرة على تحقيق أماني وأشواق كل من يجلس تحت أغصانها.

هذا الناسك أحس في قرارة نفسه بأنه يستحق العثور على تلك الشجرة بفضل جهوده المتواصلة وتذوقه الإختياري لشظف العيش والالتزام بنهج الإنضباط الدقيق الذي رسمه لنفسه. ولكن مع كل هذه النشاطات والرياضات كانت هناك دروس لم يتعلمها بعد. صحيح أنه كان يرغب في الحصول على الإستنارة لكنه كان يمتلك أيضاً رغبات أخرى أقل شأناً.

من بين تلك الرغبات كانت رغبة العثور على شجرة أماني. فالمسالك الجبلية الوعرة أكلتْ (شققة أو شقفات) من قدميه الحافيتين في بحثه المتواصل الحثيث عن مُنية القلب ورغبة الرغائب. وكان إحساسه الباطني يؤكد له دوماً أن تحقيق الوطر أمر حاصل وأن الشجرة في الإنتظار كثمرة طبيعية لجهوده الروحية التي تفوق طاقة واحتمال الشخص العادي.

كان صاحبنا مصيباً في حدسه. ففي إحدى الوديان في مرتفعات الجبال عثر على شجرة ذات أوراق عريضة عرف للفور ببصيرته أنها الكنز الذي طالما بحث عنه وتشوق للعثور عليه.

بلهفة وعلى الفور اقترب من أغصان الشجرة المرحّبة وجلس تحتها. ولكي يختبر القوى الخارقة لهذه الشجرة الفريدة أغمض عينيه وقال في نفسه: "إن كانت هذه بالفعل شجرة أماني، فلتجسّد لي قلعة حصينة!"

وما أن مرّ الخاطر في ذهنه حتى بزغ بجانب الشجرة صرح فخم تحيط به حدائق غناء فيها ما فيها من الورود الناضرة والرياحين العابقة والأشجار الباسقة.

ابتهج لهذه المعجزة وغمرته نشوة الظفر بأعز أمنياته، إذ عثر أخيراً على الشجرة التي طالما بحث عنها. ولم ينتظر طويلا قبل أن يعرب عن أمنيته التالية، فقال: "أريد أن أرى من حولي جوقة من الصبايا يقدمن لي أفخر وأشهى المأكولات على أطباق من ذهب ويسقينني شراباً ولا أطيب من أباريق فضية في كؤوس مشعشعة كالإبريز المتوهج.

ومثل لمح البصر تحققت أمنيته إذ وجد أمامه مائدة عامرة عليها من كل ما لذ وطاب في صحون ذهبية وحوريات بارعات الجمال يقدمن له ألواناً من الطعام والشراب تليق بالملوك والأمراء.

وإذ أدرك أن القلعة الجديدة وما حولها من رياض وبساتين تحتاج إلى أمن وحراسة طلب من الشجرة أن تجسّد له جيشاً قوياً لحمايته وصيانة كنوزه الجديدة. وعلى الفور ظهر جيش جرار وعسكـّرَ قرب القلعة، وقد وقف الحراس بكامل عدتهم وعتادهم عند أبواب القصر لتوفير الحماية اللازمة.

وبعد أن استمتع بالمأدبة المترفة الباذخة راح يتفقد صرحه الجديد. فصعد الدَرَج الرخامي الصقيل وتمشى في الحجرات المرصعة بالجواهر ذات البريق الأخاذ.

أخيراً تعب ناسكنا المحظوظ من المشي فالتمس السكينة والراحة في إحدى غرف الطابق الأرضي. وكانت النوافذ المنخفضة لتلك الغرفة تظللها أغصان مديدة لشجرة الأماني المجيدة.

وإذ استلقى على سرير قريب من النافذة لاحظ أن الأغصان الكثيفة لشجرة الأماني قد حجبت النور عن النافذة فشعر بالوحدة وتسرّب الخوف إلى قلبه. ولم يقطع حبل السكون سوى بعض أصوات راح يتساءل عما إذا كانت آتية من الحديقة أو صادرة عن حيوانات الغابة الكاسرة التي تسرح وتمرح وتصول وتجول خلف جدران القصر.

وإذ تعاظم قلقه اجتاحت عقله فكرة قوية فقال بينه وبين نفسه: "صحيح أنه يوجد هنا جيش جبار لحمايتي، لكنني لا أرى جندياً واحداً يقف قرب هذه النافذة، والنافذة غير محمية بشبكة من القضبان الحديدية. فماذا لو تمكن نمر من نمور الغابة من الدخول من النافذة؟ والحالة هذه سيفترسني وستكون النهاية بالنسبة لي.

وما أن راودته فكرة الخوف تلك حتى انقضّ نمر كاسر من النافذة فحمل الناسك المرعوب وانطلق (ليتعشى به).

للأسف لم يكن حضرة الناسك يدرك أن شجرة الأماني لا تميّز بين الأفكار الصالحة والطالحة. فغايتها هي تحقيق الأفكار التي تعتمل في نفوس أصحابها. وبالفعل فقد جسّدت شجرة الأماني التصوّر الذهني القوي للناسك وتلك كانت أمنيته الأخيرة.

كل إنسان يعيش تحت شجرة أمانيه السحرية التي تحقق له كل رغباته. تلك الشجرة هي الإرادة.

فمن لم يحسن بعد التحكم بأمانيه ورغباته وأفكاره فليحمد ربه لأن أفكاره غير المنضبطة لا تتحقق على الفور، وإلا لتسببت تلك الرغبات الجامحة بتجسيد تلقائي لنمور نحس تنقضّ على صاحبها وعلى الآخرين.

مغزى القصة هو أهمية حصر الفكر بالأشياء الإيجابية الطيبة أثناء الجلوس تحت أغصان شجرة الأماني التي هي ليست سوى إرادة الإنسان وفكره الجبار.

أما تركيز الفكر على الخوف والفشل والمرض والجهل فقد يتسبب في بزوغ غيلان من عالم الفكر غير المنظور، تخلق له مشاكلَ لا تنتهي وتفاجئه بما لا يشتهي.

شذرات من الحكم البرمهنسية

العظماء هم القدوة
فمع أن أجسامهم كانت محدودة
لكنهم أدركوا أنهم جزء من المحيط اللامتناهي
وأن كل الأشكال الفردية
هي أمواج على صدر البحر الكوني
في هذا العالم نحدّ ونقيّد أنفسنا
داخل نطاق أسرة صغيرة
لكن عندما نحب جيراننا نكبر
وعندما نحب بلدنا نصبح أكبر
وعندما نحب كل الشعوب والأمم نصبح أكبر بكثير
وعندما يصبح وعينا مغموراً بالله في العالم الآخر
أو في هذا العالم بالتأمل العميق
حتى أثناء وجودنا في الأجسام المادية
ندرك حقاً وحقيقة
أن المحيط هو الأمواج
وأن الأمواج انبثقت عن المحيط
من مكتبتنا الأرشيفة: الرسائل
أصدقاءنا الأعزاء، تحتوي مكتبتنا الأرشيفية
على مقتطفات من آلاف الرسائل التي بعث بها قراء
من بلدان مختلفة وأعربوا من خلالها عن تجربتهم
مع تعاليم المعلم برمهنسا يوغانندا
وقد قمت هنا بترجمة عيّنة من تلك الرسائل
لأنها تتطابق مع الكثير من تعليقاتكم ورسائلكم
وهذا دليل على أن التجربة الإنسانية واحدة
وأن القلوب المتفتحة والأفكار المتناغمة
تلتقي مع بعضها، أينما كانت
على المحبة والخير والسلام
وإن رغبتم بالمزيد من هذه الرسائل
سأكون سعيداً بتقديم المزيد
مع خالص المودة والأماني الطيبة
محمود عباس مسعود
والآن تفضلوا بقراءة بعض الرسائل

لقد ساعدتني هذه التعاليم كي أستكشف من جديد
السكينة اللامتناهية الكامنة في قلوبنا جميعاً
وأعطتني ثقة أعمق بالمستقبل
وضاعفت محبتي لله والعارفين به
فهي في الحقيقة تنطوي على نور وبركة
* * *
أشعر بفيض من الإمتنان لله
الذي هداني إلى هذه التعاليم الروحية
ويغمرني إحساس من الشكر والتقدير
للعون الذي حصلت عليه بفضل الله
ومحاضرات الحكيم برمهنسا
وأشعر أيضاً أنني قد انطلقت في مغامرة رائعة
لاكتشاف كنوز الروح الكامنة في منجم حياتي
* * *
في تعاليم المعلم برمهنسا
وجدت ينبوعاً دائم الجريان من السلام والقوة والحيوية
ومن الصعب أن أذكر كل الفوائد التي تنساب
إلى حياتي اليومية من أفكاره السامية
* * *
أقرأ هذه المحاضرات المرة تلو الأخرى
فأجد في كل مرة أشياء جديدة وكأنني
لم أقرأها من قبل
وهي بالنسبة لي فوارة ثرّة
من المعرفة والإلهام والحب الإلهي
* * *
كلما قرأت هذه التعاليم بتركيز وتمعن
كلما شعرت بتحسن ملحوظ في حياتي
على الصعيد المادي والنفسي والروحي
فهي تمتلك خاصية مغناطيسية
لجذب الخير وكل الأشياء الطيبة
* * *
مع قراءتي لهذه المحاضرات

أصبحت أشعر أنني أسير في طريق صاعد
وأتسلق مرتفعات فكرية وروحية
لم أكن على دراية بها من قبل
كما أشعر أنها أدخلت تحسينات كثيرة على حياتي
وجعلتها أكثر غنىً وتنوعاً
في الماضي كنت نصف متيقظ
والآن أحس بيقظة في الوعي
ورهافة في الإحساس
وأمنيتي هي أن أساعد في نشر هذه الأفكار
كي يستفيد منها الآخرون مثلما استفدت منها
* * *
لقد انتهيت للتو من قراءة "همسات من الأزل"
للمعلم برمهنسا وأشعر أن فيضاً من السلام
والحب الإلهي يغمر كياني بأسره
-
مقارنة بين التواضع والغرور
التواضع هو وادٍ خصب من أودية الوعي
حيث ينهمر الغيث الإلهي بغزارة ويتجمع
وكما أنه يتعذر تجمع المطر على قمة جبل
هكذا لا يمكن لمياه المعرفة أن تتجمع على رأس الغرور المتشامخ
الغرور يغلق باب التقبل والإنفتاح الذي منه تدخل المعرفة
والتواضع يفتح الأبواب على مصراعيها
ويدعو الحكمة كي تأتي وتقيم
الغرور قبحٌ ظاهر مكتوب على وجه المغرور
ينفـّر منه الناس ويبعدهم عنه
والتواضع عطر طيب يجعل حامله محبوباً ومرغوباً من الجميع
الغرور ينجم عن مركّب النقص
الذي يظهر على هيئة ما تدعى عقدة الإستعلاء
في حين أن التواضع هو وليد الحكمة
أو معرفة الشخص لذاته

الغرور يرفض البحث عن الحقيقة
أما التواضع فيهش ويبش للحق
ويتوسل إليه كي يدخل إلى قدس أقداس روحه
الغرور يعلن عن صغره بمحاولاته الفاشلة
الإنتقاص من قدر الآخرين وجعلهم يبدون صغاراً
أما التواضع فهو مظهر رائع للقلوب المتفهمة
ونموذج باهر للعظمة والنبل
الغرور هو رداء شفاف يرتديه المغرورون
والتواضع ثوب الوقار والإحتشام
الغرور يطرد الأصدقاء والحقيقة من حياته
والتواضع يجذب إليه الأصدقاء والفهم
المغرور يشبه تنكة فارغة تحدث صوتاً لدى نقرها
أما المتواضع فهو كالوعاء المليء بشراب الحكمة المبارك
التواضع جذاب، ينثر السعادة من حوله
ويستقطب الأصدقاء الصادقين والنفوس الطيبة
والمتواضع يجلب الخير والبركة إلى حياته
بتواضعه الشبيه بالوردة الناضرة العاطرة
عطر الله حياتكم بالسعد والسعادة
الطموح والجنوح
الطموح لأن يصبح الشخص مليونيراً
محبة بالثراء وطمعاً بالإطراء
هو معيار زائف للسعادة الحقيقية
ومن يرغب في أن يصبح مليونيراً على هذه الشاكلة
لا يؤذي نفسه وحسب
بل يضر غيره أيضاً
لأنه يقودهم إلى دروب تفضي إلى البؤس والشقاء
على سبيل المثال، العامل البسيط في فندق
الذي يرى مليونيراً يرتدي ثياباً ثمينة
وينزل بفخر وكبرياء من سيارة فخمة
يقودها سائق خاص
يحسده على نعمته الظاهرة
ويحاول أن يجاريه في أسلوب معيشته

فيعمد إلى الإقتراض وشراء سيارة، ربما مستعملة
تحتاج إلى صيانة مكلفة
ويبتاع غيرها من الكماليات
التي يظن خطأً
أنها ستضفي عليه مظهراً
من أبهة فارغة وثراء موهوم
هو شخص مسكين يقامر بإمكانياته المتواضعة
ويعرّض نفسه لمشاكل هو في غنى عنها
قلائل هم الذين يدركون
أن الشخص الذي يضحي صحته وسعادته
على مذبح المخاوف والعمل المجهد
وانهيار الأعصاب ومشاكل القلب
من أجل أن يصبح مليونيراً
هو في الواقع يضلل البسطاء من غير النابهين
للسير على دروب زلقة
حيث الحياة تقاس بالمظاهر الخداعة
والتظاهر بامتلاك السعادة
أما المعيار الزائف بأن
الثراء هو غاية الحياة التي ما بعدها غاية
فيجعل الناس يلجأون إلى الحيلة والخديعة
لإيهام البسطاء وسلبهم لقمة عيشهم
كما أن عادات البذخ والعيش المرفه
بغض النظر عن كيفية تحصيل المال
والتلذذ بالثناء والمديح من السذج
بفعل التبجح المرذول والمباهاة المقيتة
كل هذه تدفع طالب الثراء إلى مزيد من الطمع
وابتكار أساليب ملتوية
أو اللجوء إلى الإبتزاز والمعاملات غير النظيفة
لتحصيل المزيد من الكماليات
التي تشبه القصبة المرضوضة
التي تجرح اليد التي تمسك بها
ولا تسند المتكئ عليها

إن العيش المترف
والرغبة في امتلاك المال بأية وسيلة
والتوجس من السكن في بيت متواضع
والخوف من فقدان الإعتبار المادي
في أعين الأسرة والمجتمع
إضافة إلى الأنانية
كلها إرهاصات لتصرفات خاطئة
ومغامرات غير محسوبة
وفقدان التعاطف مع المحتاجين
لو عاش كل واحد ولبس ببساطة
لبطلت موضة العيش الفاخر
التي تؤدي في معظم الأحيان
إلى الكثير من التعاسة والإحباط
ولحاول الناس تنمية المزايا الروحية
والخلال الكريمة بدلاً من ذلك
لا بد من القضاء على الأنانية
وجعل العيش البسيط والتفكير الراقي
المعيار ومحك الإختبار
يجب عدم التعامل والتعاون
مع ذوي الأموال المكدسة
الذين لا يشعرون بشعور الآخرين
ولا ترق قلوبهم لإخوتهم البائسين
حتى ولو رأوهم في أسمال بالية ويتضورون جوعاً
الغنى بحد ذاته ليس إثماً
بل قد يكون بركة في يد الطيبين الكرماء
الذين أغناهم الله من واسع فضله
والذين يطيب لهم مساعدة الآخرين
ورفع كابوس الفاقة والحيف عن كاهلهم
الكلمات فيها طاقات هائلة للتعمير أو للتدمير
للتعزية وجبر الخواطر
أو لتحطيم النفوس وتهشيم المشاعر
هناك كلمات تخلق البلبلة والتشويش

وكلمات تبدد الهموم وترطب القلوب
وتزرع في النفس الثقة والإرتياح
كلمات تشعل حروباً شعواء
وكلمات تلطف الأجواء
وتخفف المصائب والأعباء
لقد وهب الله الإنسان ملكات عديدة
ومنها القدرة على التعبير عن نفسه
بالكلمة المنطوقة والمقروءة والمسموعة
من أجل التواصل النافع والحميم بين الناس
فالبشرية أسرة واحدة
بغض النظر عن الاعتبارات الظاهرية المتباينة
فلتكن الكلمة أداة للتقريب لا للترهيب
لبث الطمأنينة لا لنشر الذعر والشقاق
لترسيخ الوئام لا لزرع الخصام
لإزالة العوائق والعقبات
لا لملء الدروب بالأشواك والعثرات
قصة المستخدم الذي علـّم الملك
في سالف الأزمان، قال ملك لأحد رعاياه أنه ما لم يجبه على سؤال محدد له فستكون المشنقة بانتظاره
أجاب الرجل: "ما هو السؤال يا صاحب الجلالة؟"
فقال الملك: "قل لي أين يوجد الوعي الإلهي؟"
طلب الرجل من الملك مهلة أسبوعين حتى يأتي له بالجواب فأجابه لطلبه
ثم عاد إلى مكان عمله مغموماً وأخبر مستخدمه أنه ما لم يجب على سؤال الملك خلال أسبوعين فسيدفع حياته ثمناً لذلك
فقال له المستخدم الذي كان معروفاً بجرأته وذكائه
"دعني أذهب نيابة عنك وسأجيب على السؤال بنفسي"
ذهب المستخدم إلى الملك وقال له
"قبل كل شيء دعني أجلس على عرشك، لأنني أثناء إخبارك عن أمر لا تعرفه فأنا سيدك "
قدّم الملك عرشه للمستخدم، وقال
"قل لي أين يوجد الوعي الإلهي؟"

فأجاب المستخدم الجالس على العرش: "آتني ببقرة"
جيء بالبقرة، فقال المستخدم: "أين الحليب؟"
أجاب الملك: "في الضرع"
فقال المستخدم: "ليس كذلك، فالحليب ليس في الضرع فقط، بل في كافة أجزاء جسم البقرة، لأن الحليب هو جوهر البقرة"
ثم طلب المستخدم إحضار وعاء من الحليب، وعندما جيء له بالوعاء سأل الملكَ: "أين الزبدة؟"
فأجاب الملك: "لا أرى زبدة"
فقال المستخدم: "الزبدة موجودة لكنها موزعة في كافة أجزاء الحليب خض الحليب وستنفصل الزبدة عنه وتطفو على سطحه
وكما أن الحليب موجود في كافة أجزاء جسم البقرة، والزبدة موزعة في كافة جزيئات الحليب، هكذا الوعي الإلهي موجود في كل ذرة من ذرات الوجود"
وهكذا أنقذت حكمة المستخدم حياة رب عمله إذ حصل الملك على الجواب الصحيح لسؤاله"
الوعي الإلهي ليس حكراً على المستنيرين، بل هو موجود في نفوس وقلوب الجميع، وكل من يتعمق في التأمل سيفتح في داخله باب القلب ويحس بحضور الوعي الإلهي ويقرأ كتاب الحياة، وبدون ذلك الإحساس الفعلي سيبقى السؤال دون جواب
يقول الحكماء
لكي يكون الإنسان نافعاً في الحياة
يجب أن يحرر نفسه من كل النوايا الخبيثة
والمشاعر المؤذية وحب الإنتقام
وحتى السخط المبرر
يجب أن لا يُنزل المحبة عن عرشها
فالمحبة يجب أن تسود المشاعر
وتكون أساس التعامل بين البشر
في الحياة أمور واهتمامات أفضل بما لا يقاس
من تغذية مشاعر الحقد والكراهية
والتخطيط لإلحاق الأذى بالآخر والإيقاع به

واستمطار نيران الجحيم
حتى على الذين يتصرفون بكيفية
لا تليق بالمقام الإنساني الشريف
ألا ليت الإنسان يتوقف عن إيقاد وتضخيم الشرور
ويستخدم بدلا من ذلك عين الرضا
التي وهبها له الخالق عزو وجل
للتركيز على الخير لنفسه وللآخرين
لأن حصر الفكر والمشاعر بالكراهية
يعني تعطيل أدوات الخير
التي امتن بها الله على الإنسان كي يستخدمها
إبان رحلته القصيرة إلى هذه الأرض
التركيز المغلوط يؤدي إلى تحجّر القلوب
وإلى إيقاظ الظنون السيئة والأحاسيس العدائية
التي إن هي ترسخت في القلب يصعب التخلص منها
تلك حالة بائسة تحوّل فيها النظرة السوداوية - الصفراوية
كل مليح إلى قبيح، وكل بديع إلى وضيع
فتصبح حتى أدوات الصحة وسائلَ لصنع
السموم والمرض المشؤوم
وذلك هو الجحيم
أبعدنا الله وإياكم عنه
وعن شرره وشروره
والسلام عليكم
ودمتم بمحبة

شمس الوعي الكوني

ظهرت هذه المقالة في العدد الأول من مجلة الشرق والغرب لعام 1925. وهذه المجلة التي أصبحت تعرف فيما بعد بمجلة معرفة الذات تأسست لغاية واحدة وهي تقريب الشعوب من بعضها وإظهار أفضل ما تتحلى به الأمم من ميزات وخصائص فريدة ساهمت وما زالت تساهم في بناء الصرح الإنساني العظيم على هذا الكوكب الأرضي.

وقد عمل المعلم الكبير على مدى سنين طويلة لتعزيز روح المحبة وأواصر الإخاء بين الناس وتشجيع تبادل الخبرات والخيرات فيما بينهم بما يساهم في جعل الحياة أكثر روعة وجمالا وأعمق معنى ودلالة. وفي هذا الصدد يقول: يجب أن ينسينا جوعنا للمعرفة كل فوارقنا الطفيفة ويستحثنا لأن نتقبل بسرور الحقائق من الآخرين. فليستعد الشرق والغرب لتبادل أفضل ما تمتاز به شعوبهما، فكل الناس أخوة وكلنا أبناء الوطن الكوني الواحد.

جلست على تلة صغيرة بعينين مغمضتين ورحت أرمق الظلام الدامس الذي كان يغلفني. فلم أبصر في البداية شيئا سوى الظلام، ومع ذلك كنتُ أبحث عن شيء مجهول لكنه مألوف ومعروف في نفس الوقت.

فتحت عينيّ ورحت أتأمل الدنيا الرائعة البهيجة المزدانة بصفحة لا بداية لها ولا نهاية من ضياء بدرٍ ونجوم متغامزة في قلب الفضاء السحيق وحقول وروابي باسمة ذات حشائش سندسية بلون الزمرد ونعومة المخمل، وسلاسل متألقة من الجبال وأمواج متواثبة فوق بحار هائجة، ومدن تفخر وتزخر بما توصل إليه الإنسان من إنجازات ومخترعات لا تعد ولا تحصى. وكل ما رأيته بعين عقلي راح يلومني على صرف وقتي في التأمل ويتهمني بأنني حالم وسابح في دنيا الخيال.

وقال لي العالـَم "لماذا يا هذا تغلق عينيك وتقصي جمالي عن بصرك وتعيش في ظلمة مفرغة وفراغ مظلم؟"

فأجبته همساً: "أيها المقتحم المتجاسر، لولا الجمال الباطني لما كان لجمالك من رونق أو رواء!"

وما أن مرّت هذه الخاطرة في بالي حتى أحسست بنداء خفي من ركن عميق داخل روحي فارتعشت أحاسيسي وانتعشت خلايا جسمي.

أغمضت عينيّ من جديد لأرى بحراً من الظلام فرحتُ أمعن تحديقاً في قلب الديجور الحالك بحثاً عن وميض لضياء كنت أعلم أنه موجود وما عليّ إلا أن أفتش عنه حتى أعثر عليه. وفجأة أبصرت فكراً شبه مضيء بازغاً من إحدى زوايا تلك الحجرة

السرية العميقة. كثفت تركيزي على تلك الفكرة الخافتة فراحت تتألق أكثر فأكثر حتى أظهرت مجدها المخبوء.

ولقد اكتشفت أن باستطاعتي أن أبصر هناك دون عينين وأن أرى كل فكر مشع كالبرق الذي يلتمع ثم يختفي، أو يسطع كسرب من الشهب الغزيرة الومّاضة فتطلق رذاذاً من ضياء يظهر فجأة ثم يختفي في سماء عقلي، فاستطعت أن أعدّ كل ومضة.. كل قبس وأن أدرك المقدار الزمني والطاقي لكل منها، ويا لها من رؤية ما ورائية مجيدة.

ولقد تمكنت أيضاً من السماع دون أذنيّ فرحت أصغي لصوت أفكاري الخافتة والهادرة بكل وضوح. أجل استمعت لإيحاءات الضمير الخفيضة ولصوت الحكمة الصامت. لقد سمعت بوضوح كل ما قالته تلك الأصوات كما لو لم أسمع من قبل. ولأول مرة شعرت بحضور هؤلاء الأقرباء الباطنيين غير المرئيين. أحسست بتعاطفهم ولا مبالاتهم نحوي. هؤلاء الأقرباء الذين عاشوا في أعماقي منذ أمد بعيد في حجرات مظلمة يخططون وينسقون ويصيغون قـَدري. ومع ذلك ظلوا متوارين، متواضعين، محتجبين كأن لا حضور لهم ولا وجود.

يا لها من أعمال جبارة تنجزونها أيها الأقرباء والأصدقاء الباطنيون! لماذا لا تظهرون بكل جلاء ووضوح؟

أتخيفكم نظرات العقول البشرية الفجة الخشنة؟ أم لعلكم تخشون الظهور في الشفق الباهت للعقليات التي لا تحسن التفكير الرقيق الراقي! بل لربما ترهبون الاختناق من اهتزازات المادة الكثيفة العنيفة!

ومع ذلك ما أبرعكم في التسلل من الحجرات المظلمة لبناء ناطحات سحاب وجسور جبارة وكل الإنجازات المادية على اختلافها، ثم تعودوا دون أن يلحظكم مُلاحِظ أو يحتفي بكم محتفٍ!

القطار المندفع في ظلام الليل، والطائرات الهادرة، والسفن الجبارة العائمة كالقرى على سطح المحيط، وروائع الفن ومعبد أثينا العذراء البارثينون والتاج محل.. كلها معجزات من صنع الإنسان، وكلها تذكرني بكم وبقواكم المستوحاة من الفكر الجبار!

ولكن عندما أبصر البحيرة ذات المياه المشعشعة تدعوني كي أروي ظمأي، والغيوم الداكنة التي تطلق أنهاراً وشلالات من الأمطار لتروي الحقول والأشجار ذات الثمار الحلوة الشهية. وعندما أرى نور البدر وقد اشتعل عند حلول الظلام، وألاحظ دورة الفصول، والأرض وقد اكتست ببساط من العشب سميك، والسحب الحمراء المرتسمة أشكالاً بفعل الشعاع على ستارة الأفق.. كل هذه الصور البديعة التي لا يمكن محاكاتها أبصرها فأتأمل تلك اليد الكونية التي تعمل بقوة وحكمة في كل مكان!

وأفكر مندهشاً بذلك الصوت الكوني الذي يأمر الشمس والقمر والكواكب والأرض والطبيعة والفصول وكل القوى العمياء والبحار ذات المد والجزر والإنسان والحياة والموت فتسمع صوته وتبذل له الطاعة.

تـُرى هل هناك من ركن خفي لا حد له ولا نهاية حيث تحتجب الأفكار المضيئة وتعمل عملها في الكون دون أن يلحظها أحد؟

لقد نظرت عبر نوافذ الذاكرة فتذكرت بواكير طفولتي، عندما بزغت شمس وعيي في سماء حياتي. وعندما ارتفعت آنذاك ببطء من ظلمة العقل الباطن لم تضء سوى جزء بسيط من أفق عقلي، فلم أبصر سوى أمي وألعابي وبعض قطع الحلوى ذات الألوان المختلفة.

فيما بعد عندما أصبح وعيي أكثر إشراقاً أبصرت جزءا أكبر من أفقي العقلي إذ أصبح مضيئا ورأيت فيه أشياء كثيرة لم أبصرها من قبل. أبصرت أصدقائي وأقربائي وجيراني وبلدي.. كلها ظهرت وأصبحت مشمولة في مجال رؤيتي.

وفي سماء فكري سطعت شمس وعيي سطوعا ثابتا وقوياً فأنارت كل ما كان محتجبا من قبل، فأبصرت كل الناس وكل الأمم وكل الكائنات والطبيعة والكواكب والنجوم وكل الإلكترونات المشعة. بل أبصرت الأكوان والفضاء اللامتناهي!

وما كنت أعرف قبل ذلك أنني سأكتشف في ظلمة عقلي شمس الوعي الكوني!

ضبط النزعات الشريرة

الشخص الذي يفرط في تناول المشروب يصبح مدمناً ويشكل نتيجة لهذا الإدمان عادة خبيثة ضارة. وإن لم يبذل مجهوداً لوقف انغماسه في السَكـَر فقد يصبح كحولياً ويعاني من رغبة جامحة للمشروب دون وازع أو رادع. أولئك المنكودون غالباً ما يصرفون أموالهم على المشروب. يتناولون قليلاً من الطعام ويبدو أنهم يحصلون على بعض التغذية من الشراب المسكر نفسه. ومع تأصّل تلك العادة المنحوسة بهم يفقدون الشعور بالمسؤولية نحو أنفسهم من حيث المحافظة على صحتهم واحترامهم في بيوتهم وفي المجتمع والعالم.

الوصف المتقدم لكحوليي المُسْكِر هو مجرد وسيلة إيضاح لما أسميه "كحوليين عقليين". هؤلاء الكحوليون العقليون أو النفسانيون يمكن تصنيفهم طبقاً لحالاتهم السيكولوجية الخاصة التي قد تكون مزمنة ومستعصية كالغضب والخوف والرغبة الجنسية الجامحة أو التلذذ بإيذاء الآخرين أو المقامرة أو السرقة أو الحسد أو الكراهية أو الطمع أو الطباع السيئة أو الدجل أو الغباء والخبل.

عندما يُظهر الشخص منذ طفولته المبكرة نوبات غير طبيعية من الغضب والخوف والحسد أو أياً من الصفات المذكورة أعلاه فهذا دليل على أنه اكتسب تلك العادات النفسية الشاذة في وجود سابق. الأهل الذين يلاحظون أياً من هذه النزعات النفسية الشريرة في أولادهم، حتى في سن مبكرة، يجب أن يتعاملوا مع الأمر بجدية ويتخذوا بعض الخطوات لمنع الطفل من التحول إلى مدمن سيكولوجي، بوضعه إن أمكن في بيئة أخرى تحت العناية الطيبة لمرشدين روحيين.

وبفضل الصحبة الحسنة والبيئة الملائمة لعدة سنين، فقد يتحرر الكحولي العقلي من القبضة الخانقة للشرور المكتسبة. وأثناء تلقي الكحولي العقلي للعناية الصحية الصحيحة في بيئة طيبة يجب أن تـُشرح له العواقب الوخيمة لعاداته الذميمة، ويجب تشجيعه على التفكير بها وبذل مجهود فعلي لعدم إظهار تلك العادات الكريهة المشؤومة في أي حال من الأحوال. إن كل انغماس في عادة عقلية مكتسبة في تجسد سابق يزيدها قوة

وتجذراً في الوعي إلى أن يصبح صاحبها عبداً لها بكل معنى الكلمة.

الغضوب، الشهواني، أو الجشِع ينسى مكانته ولا يقيم لعلاقته بالمجتمع وزناً فيقترف أخطاءً كبيرة تهدم حياته وحياة الآخرين. كثيرون من أولئك الكحوليين العقليين يظنون أنهم بالإعراب عن عاداتهم السيكولوجية ينفسون عن أنفسهم ويشعرون بالفرَج بكيفية ما. لكن الإنغماس بالدوافع المؤذية هي عادة وخيمة العواقب، لأنه بتكرار مثل هذه التعبيرات الكريهة يصبح الشخص مدمناً سيكولوجياً، جاعلاً من نفسه مهزلة أمام الناس في أي مكان وزمان.

إن تعرَّض الأطفال لبيئة شريرة وعقولهم ما زالت في طور المرونة فإنهم سينمّون عادات سيئة من شأنها أن تؤدي – إن لم يتم كبحها – إلى كحولية عقلية مستعصية. الأهل الذين يلاحظون تغيّراً فجائياً في أحد أبنائهم.. كتحوّل الطفل الهادئ الطباع إلى ولد دائم السخط، يجب أن يولوه عناية مباشرة ويجب تحديد وإزالة أسباب فشله وإحباطه والبحث عن سبل جديدة بنّاءة لتصريف طاقاته بكيفية نافعة وفعّالة.

الذين يُبدون أياً من الخاصيات المتقدم ذكرها هم كحوليون عقليون. إنهم يركبون بطيش وتهوّر شلالات العادات الرديئة الهادرة، محطمين سعادتهم تحطيماً باستسلامهم الإرادي العاجز لتيارات أهوائهم وإظهارهم لأسوأ صفاتهم.

لا جدوى من تأنيب أو معاتبة الكحوليين العقليين أو لومهم على طباعهم العنيفة. إن حالتهم النفسية هي نتيجة لتكرارهم المستمر لعاداتهم السيئة. يجب معاملتهم كمرضى سيكولوجيين يعانون من أسقام نفسية مستعصية.

إن تبديل الصحبة هو أنجع علاج لأي ضرب من الكحولية العقلية الحادة، لأن الإرادة في الكحولي العقلي مستعبدة للعادة ولذلك لا يمتلك أدنى مقاومة للشر. العلاج الأنسب له هو نقله مباشرة إلى محيط يعمل كترياق لحالته العقلية المسممة. يجب وضع كحولي الغضب – إن أمكن – مع شخص أو عدة أشخاص لا يغضبون حتى تحت الظروف التي تبعث على إثارة الحفيظة والنزق. الشهواني ينبغي إحاطته بأشخاص يتمتعون بضبط

النفس. اللص المحترف يحتاج إلى مجتمع من أناس أمناء. الهيّاب الوجل يمكن مساعدته بتشجيعه على الاختلاط بالشجعان ومطالعة سير الأبطال. ذوو الطباع الشائكة والنفسيات الحامضة يجب أن يصاحبوا ذوي المزاج السار والبشاشة الاعتيادية.

على الكحولي العقلي أن يتذكر أن الإمساك أو التصريف الضعيف (للفضلات) وتناول اللحم، لا سيما لحم البقر والخنزير، سيزيدان مرضَه النفسي تعقيداً وتأزماً ويرسخان ذلك المرض في دماغه. إن تضمين كمية وافرة من الفاكهة والخضروات في الغذاء اليومي، وصيام ليوم واحد في الأسبوع على عصير الفاكهة، مع صيام أطول بين الحين والآخر، سيكون عوناً كبيراً على تعديل أخاديد الدماغ التي بها تتمركز العادات الخبيثة.

الإفراط في ممارسة الجنس يلحق ضرراً بالجملة العصبية وخلايا الدماغ، مما يلهب نيران الغضب في الكحولي العقلي. كما أن الإنغماس الجنسي الزائد يفتك بقوة الإرادة. لذلك يتوجب على كل الكحوليين العقليين أن يتعلموا كيفية التحكم بالغريزة الجنسية كيما يمارسوا الإعتدال في العلاقات الزوجية حسبما تقضي سنة الطبيعة.

غالباً ما نجد المعيلين أو كاسبي لقمة العيش في الأسرة.. أباً كان أو ابناً، وفي بعض المجتمعات أمّاً أو ابنة، يبدون ميلا نحو الكحولية العقلية بسبب الشعور بأنهم في مكانة تخولهم السيطرة وفرض الرأي. يجب أن لا يصب هؤلاء الديكتاتوريون الصغار غضبهم على أفراد أسرتهم الذين يحتاجون إليهم ويعتمدون عليهم. لأنهم إن فعلوا يفقدون احترام وتقدير أحبتهم.

عندما يفكر ديكتاتور الأسرة أن باستطاعته فعل ما يحلو له في البيت فإنه يشرع في إبداء طباعه الكريهة أو صفاته المقيتة حتى خارج نطاق الأسرة، وأخيراً يتعود على هذا المسلك المشين فيفعل ذلك في أي مكان وزمان. فما لم يتحكم هؤلاء المستبدون برغبتهم في فرض سيطرتهم على أحبتهم يصبحون بالتدريج كحوليين عقليين، يتصرفون دون نضج عاطفي ويسببون متاعبَ جمة للقريبين منهم أو للذين يخالطونهم بين الحين والآخر، ولأنفسهم أيضاً.

من يعتقد أنه كحولي عقلي يجب أن يحاول علاج حالته. ويجب أن يكف على الأقل عن محاولة إصابة الآخرين بالعدوى. تصوّر أنك جالس في بيتك بهدوء أو تقرأ كتاباً قرب المدفأة وفجأة يأتي أحدهم إلى بيتك بظربان نتن الرائحة! بالطبع ستحدث ضجة وضوضاء، وأنت ومن حولك ستحاولون بلا شك طرد الظربان شر طردة، وبمحاولتكم تلك ستبللكم المواد الكيماوية الكريهة الرائحة. وبالنتيجة سيتأذى أهل البيت والظربان معاً.

وبالمثل، فليس من الصواب للظربان البشري أن يدخل بيئة لا ترغب بحضوره، لأنه ربما يسبب مضايقات لكل من حوله، وأخيراً يُعامل بقسوة.

تذكروا أيها الأصدقاء أن الظربان البشري الذي يحمل اهتزازات عقلية لطباع لئيمة منعكسة في وجهه وبادية في عينيه يخلق ضرراً كبيرا في البيئات الهادئة المسالمة الخالية من الاضطراب. هذا الحيوان البشري غير مرغوب به في أي مكان.

إن إخفاء الكحولية العقلية لأفضل من الإستسلام لتأثيرها بين الناس. الإنغماس المخزي أو إطلاق المرء العنان لأهوائه وشهواته ومشتهياته هو التربة التي بها تنمو وتترعرع النزوات السابقة واللاحقة للولادة. فعلى كل من يعاني من هذا الوباء أن يضاعف حذره من العيش في بيئة تغذي البذور السيكولوجية الفطرية للعادات السيئة أو الطباع الشرسة.

طبعاً عندما تقابل شخصاً يعاملك بمجاملة مفتعلة ويخاطبك بابتسامة مصطنعة "عاش من شافك!" في الوقت الذي يقول فيه بينه وبين نفسه "الله يلعن الساعة التي جمعتنا" تحس بشعوره وينتابك النفور منه وتشمئز من مجاملاته الكاذبة.

أنا شخصياً أريد أن أعرف مكاني من الناس. إنني أحبذ الصراحة مهما كانت جارحة وخشنة على المراءاة المزيفة. ما من أحد يرغب في توجيه أفعى النفاق نحوه من تحت باقة ابتسامات وردية أو من خلف عبارات معسولة طلية.

ومع كل ذلك فمن الأفضل للكحولي العقلي أن يكون وديّاً نحو الآخرين، حتى ولو من قبيل المراءاة والتصنع، بدلاً من إصابتهم بسموم طباعه المشؤومة.

إن الممارسة اليومية لضبط النفس، حتى في الأمور الطفيفة، ستساعد الكحولي العقلي على الإفلات التدريجي من انغماسه المرذول في الطباع السيئة.

والسلام عليكم.

قوة التركيز

لكي يصبح المريد متقبّلاً يجب أن يجلس بهدوء ويركـّز أفكاره على رغبة تستحق التركيز حتى يندمج عقله وتفكيره كلياً بتلك الفكرة. عندما تتناغم إرادة الإنسان مع الإرادة الإلهية الكلية المعرفة والقدرة يصبح بالإمكان استخدامها بنجاح في تحقيق الغاية المرجوة. لا يمكن للإنسان أن يجلس منتظراً النجاح كي يسقط في حضنه. عندما تحدد اتجاهك وتعقد العزم على المضي قدماً يجب أن تفعّل إرادتك وتبذل مجهوداً عملياً، وستجد عندها أن كل عناصر النجاح ستأتي إليك من حيث تدري ولا تدري. في إرادتك المشحونة بالتيار الإلهي تكمن الاستجابة لصلواتك. عندما تستخدم تلك الإرادة فإنك تفتح النافذة التي من خلالها تحصل على الاستجابة لصلواتك. تلك هي تجربتي الذاتية. في الماضي حاولت القيام ببعض الأشياء لمجرد اختبار إرادتي، ولكنني الآن لا أفعل ذلك لأنني أعرف النتيجة مسبقاً: كل ما أريده يتحقق.

ذات مرة، منذ سنين طويلة، رأيت أن احد تلامذتي يسير في خط معاكس. وإذ أدركت بالبصيرة النتائج الحتمية المؤلمة لتصرفه حاولت إقناعه بشتى الوسائل المنطقية للعدول عن مواصلة السير في ذلك الاتجاه، ولكني وجدت أنني لن أستطيع مساعدته لأنه قد اعتزم مواصلة السير في طريق الشر. أخيراً قلت بيني وبين نفسي: "ما دام يريد ذلك فلأتركه وشأنه." ولكن محبتي له واهتمامي به عاوداني بسرعة، فجلست تحت شجرة (بانيان) ورحت أتصوره. وبهمة وحماس متقد بعثت له بصورة متواصلة الرسالة الفكرية التالية: "أناشدك بالله كي تعود." عند المساء استحثني شعور بديهي قوي أحسست به في جسمي وعقلي بأنه راجع فعلاً. وفجأة ظهر "الابن الشاطر" وقد عاد إلى البيت. فحيّا بانحناءة وقال: "طوال النهار، حيثما ذهبت ومهما

فعلت أبصرت وجهك. فما معنى ذلك؟" قلت: "لقد كان الله يناديك من خلالي. ذلك كان نداءه لا ندائي أنا. لم يكن من دافع أناني في رغبتي، ولكنني صممت على عدم مغادرة هذا المكان إلا بعد عودتك." هذا النوع من التصميم يمكن أن يحدث تغييرات كبيرة في العالم. إنه بالفعل قوة عجيبة مدهشة!

إذاً الصلاة العميقة لها مفعول قوي وتأثير عميق. إن الوقت الأنسب للصلاة هو في الليل عندما تقلّ وسائل التشويش والتشتيت. إذا وجدت من الضروري أن تأخذ قسطاً من النوم عند المساء فافعل ذلك كي تحتفظ بالفكر متنبها ويقظاً أثناء الصلوات الليلية، ولكي تكون مع الله. قد يبدو ذلك صعباً في البداية ولكن سيصبح أكثر سهولة بمواصلة المحاولة وستدهشك النتائج الرائعة التي ستحصل عليها. عندما تمتلك الإرادة الديناميكية الفذة يبدأ الله بالاستجابة. وعندما يضع المطلق اللانهائي حداً لصمته لن تتمكن من احتواء فرحك العظيم. ولكن ما دام الشخص يمتلك رغبة أنانية واحدة للبرهنة للآخرين عن قوة صلواته، أو إن حوّلها إلى بضاعة يتكسب منها فسيفقد تلك القوة ولن يستجيب الله له بعدها، لأنه بذلك يكون قد وضع حاجزاً بينه وبين الله وأبعده عنه. سيأتي الله للمريد فقط عندما يكون مخلصاً صادقاً، وعندما يحبه حباً به. عندما يزهو الشخص بذاته ويلجأ للفخر والمباهاة يعلم الله بأنه لا يريده بل يريد تمجيد كبريائه، ولن يقبل دعوته.

من سيواصل بعزم وإصرار إلى أن يستجيب الله؟

الله هو عين الحب وينبوع المودة. إن عرفت كيف تتأمل قصد الاتصال به فانه سيستجيب لمطالبك الودية. لا حاجة للتوسل بغية التوصل إليه. ولكن من سيصرف الوقت الكافي؟ ومن سيثابر إلى أن يصبح كتلة ملتهبة من التركيز العقلي للحصول على الجواب منه؟

إن كانت لديك أقساط لا تستطيع دفعها، أو إن كنت ترغب في الحصول على وظيفة ما، تأمل أولاً، وفي ذلك السكون الذي يأتي في أعقاب التأمل العميق، ركـّز عقلك بإرادة ثابتة على

حاجتك ولكن لا تراقب النتيجة باستمرار. إذا غرست بذرة في التربة وبقيت تنبشها بين الحين والآخر لترى ما إذا كانت آخذة في النمو، فلن تنبت أبدا. وبالمثل، إذا رحت تنظر – في كل مرة تصلي – لترى علامة تشعرك بتحقيق الله لرغبتك فلن تحصل على مبتغاك. تابع الصلاة دون انقطاع واترك الباقي لله. واجبك هو لفت انتباه الله إلى حاجتك والقيام بدورك في مساعدة الله كي يحقق رجاءك. في حال الأمراض المستعصية، على سبيل المثال، ابذل كل ما بوسعك للعمل على تعزيز عملية الشفاء. ولكن اعلم علم اليقين أن الشفاء النهائي هو بيد الله. دع هذه الفكرة تلازمك في التأمل كل ليلة. صلّ بتصميم كبير وثقة مطلقة وستجد ذات يوم أن المرض قد تلاشى فجأة.

يحصل العقل أول ما يحصل على إيحاءات، ثم يشحن الله العقل بقوته. وأخيراً يطلق الدماغ طاقة الحياة لإحداث الشفاء. إنك لا تعرف مدى ومقدار القدرة الإلهية المختزنة في عقلك. إنها تتحكم بكل الوظائف الجسدية. بإمكانك معالجة أي حالة جسدية باستخدام قوة العقل هذه. من الضروري أولا أن تعرف الطريقة الصحيحة للتأمل وستستطيع عندها استخدام قوة التركيز المعززة بالقوة الإلهية لمعالجة الجسد أو للتعامل مع أية صوبة أخرى.

حاول كل يوم القيام بشيء صعب. تابع المحاولة حتى ولو فشلت لخمس مرات. وعندما تنجح استخدم إرادتك المركّزة في إنجاز شيء آخر. وبهذه الكيفية ستتمكن من إنجاز أمور عظيمة بوتيرة أسرع. الإرادة هي تعبير حي عن صورة الله في داخلك. في الإرادة تكمن القدرة اللامتناهية: نفس القوة التي تتحكم بكل قوى الطبيعة. وبما أنك مخلوق على صورة الله فإن تلك القوة هي بين يديك لتحقيق كل ما تريده: تستطيع خلق الإزدهار والبحبوحة وتبديل الكراهية إلى محبة. اطلب من الله كي يساعدك على التحكم بالجسد والعقل معا، عندها ستحصل على استجابة الله. إنني أرى على الدوام بأن أسمى رغباتي قد تحققت فعلا.

حاجتنا الكبرى هي لله

في الجبهة، بين الحاجبين، يوجد الباب إلى السماء. هذا المركز الدماغي هو مقر الإرادة. فعندما تحصر ذهنك بهذا المركز وتريد بهدوء فإن كل ما تريده سيتحقق. لذلك يجب أن لا تستخدم إرادتك أبداً في الأغراض الشريرة. إن الرغبة في إلحاق الضرر بشخص آخر، أو تمني الضرر لذلك الشخص، هو استخدام فظيع للقوة الموهوبة لك من الله. إن وجدت أن إرادتك ماضية في اتجاه مغلوط فيجب أن تتوقف على الفور. لأن السير في ذلك الإتجاه ليس هدراً للنشاط المقدس وحسب، بل سيكون أيضاً السبب في فقدانك لتلك القوة، ولن تقدر أن تستخدمها بعد ذلك حتى في الأغراض الحسنة.

أولا وقبل كل شيء يجب أن تكون الصلوات منطقية ومشروعة. يجب أن لا نطلب من الله أشياء مستحيلة أو غير معقولة في نظام الحياة الطبيعي. وألا نطلب سوى الحصول على احتياجاتنا الضرورية. كما ينبغي التمييز بين "الضرورات الضرورية" و"الضرورات غير الضرورية". إن أفضل طريقة لشفاء النفس من "الضرورات غير الضرورية" هي فحص تلك الضرورات والتدقيق بها على ضوء المنطق والعقل. لقد كانت الأحلام بالمباني الكبيرة إحدى هواياتي، ولكن تلك الرغبة قد تلاشت الآن. فلدي الكثير من تلك الصروح مع كل المتاعب التي يقتضيها الترميم والصيانة. الملكية هي مسؤولية مرهقة. يجب التخلص من الرغبة في امتلاك الأشياء العقيمة والتركيز فقط على الإحتياجات الفعلية.

حاجة الإنسان الكبرى هي لله. وعندما يتعرف عليه سيمنحه ليس "ضروراته الضرورية" فقط، بل "ضروراته غير الضرورية" أيضا! وسيحقق كل رغبة من رغبات قلبه، مثلما سيحقق له أعز أمانيه وأحلامه.

عندما كنت صبياً في الهند تملكتني رغبة ملحّة في امتلاك مهر، ولكن أمي لم تسمح لي باقتناء مهر. بعد ذلك بسنين، عندما أسست مدرستي للبنين في مدينة رانشي، أحضرت فرساً من أجل استخدامنا. وذات صباح وجدت أنها قد ولدت مهراً، تماماً مثلما رغبت في طفولتي! مثل تلك الاختبارات حدثت لي كثيراً.

منذ مدة طويلة وعندما كنت في رحلة إلى كشمير، رأيت هذا المبنى (المقر الرئيسي لمعرفة الذات) في رؤيا. بعد ذلك بسنين رأيت هذا المكان وعلى الفور عرفت أنه نفس المبنى الذي كنت قد شاهدته بالرؤيا، وأدركت أن الله أراده أن يكون من نصيبي.

عندما تصلي بعمق ومثابرة ستحس بفرح عظيم يغمر قلبك وكيانك.

لا ترضَ ولا تقتنع حتى تحس بذلك الفرح، لأنه عندما تشعر بذلك الابتهاج الغامر في قلبك ستعلم أن صلاتك قد وصلت الله وأنك في باله.. وسيعطيك ربك فترضى.

وبالله التوفيق السلام عليكم
أربع طرق جوهرية



إن ارتباط الذات الروحية بالجسد والعقل هو السبب الأساسي لكل آلامنا وقيودنا وتقييداتنا وتقصيرنا وقصوراتنا. وبسبب هذا الارتباط نشعر بالإثارة كالألم واللذة لدرجة لا يمكننا معها الإحساس بالغبطة أو الوعي الإلهي. فالدين في جوهره يشتمل على التلافي الدائم للألم وبلوغ الغبطة النقية أو الله.

وكما أن صورة الشمس الفعلية لا يمكن رؤيتها واضحة في سطح الماء المرتج، هكذا الطبيعة الحقيقية المغبوطة للنفس الروحية (انعكاس الروح الكلي) لا يمكن فهمها وإدراك كنهها بفعل أمواج الاضطراب والقلق الصادرة عن تماهي النفس مع حالات الجسد والعقل المتقلبة المتغيّرة. فكما أن الماء المخضوض يشوّه صورة الشمس الحقيقية، هكذا يشوّه الفكر

المضطرب طبيعة النفس الباطنية دائمة الغبطة بفعل ذلك التماهي أو الارتباط.

الغرض من هذا الفصل هو بحث أسهل وأصوب وأنجع الطرق التي يمكن للجميع ممارستها، والتي من شأنها تحرير الذات الروحية دائمة الغبطة من ارتباطها الأليم بالعقل والجسد، وبالتالي تجنيبها الدائم للألم والمعاناة والارتقاء بها إلى الغبطة الروحية التي هي لب الدين.

تقول كتب الحكمة الشرقية:

"إن استطعت أن تسمو على الجسد وأن تدرك أنك روح، لامتلكت الغبطة الأبدية، ولتحررت من كل ألم."

هناك أربع طرق دينية جوهرية عالمية تساعد ممارستها اليومية على تحرير الذات الروحية من قيود الجسد والعقل. وهذه الطرق الأربع تشمل كل الممارسات الدينية المعقولة والتي علـّمها أو أوصى بها الأنبياء والقديسون والحكماء المستنيرون.

الممارسات الدينية هي ما أقرّها الأنبياء ولقـّنوها في صورة مذاهب متعددة. ذوو البصائر المحدودة يقصرون عن فهم الأهمية الفعلية لهذه المذاهب فيتقبلون معانيها الظاهرية وتدريجياً يهبطون إلى مستوى الطقوس والشعائر والأشكال والعادات والتقاليد والممارسات الصارمة. وهذا هو مصدر التعصب للأحزاب والطوائف.

يجب أن ندرك أننا لم نـُخلـَق للأحكام والقوانين ولكنها وُجدت من أجلنا، فهي تتغير بتغيّرنا وتتطور بتطورنا، ومن واجبنا التمسك بجوهر القاعدة لا بمظهرها الخارجي بجهل وتعصّب.

العادات وصنوف العبادات تختلف باختلاف المذاهب، لكن الجوهر النقي لمذاهب الأنبياء المختلفة هو واحد في صميمه، غير أن معظم الناس لا يفقهون ذلك!

كبار المفكرين يحاولون التعرف على الحق الأسمى باستخدام قواهم العقلية فيخفقون في مسعاهم لأن الحقيقة العظمى لا يمكن إدراكها عن طريق المعرفة العقلية وحسب.

المعرفة تختلف عن الفهم المجرد. فمن غير المعقول أن نفهم بالعقل حلاوة العسل إن لم نكن قد تذوقنا العسل من قبل.

وبالمثل فإن المعرفة الدينية تبزغ من أعماق تجربة النفس البشرية. هذا ما نفعله غالبا عندما نحاول فهم الله والمذاهب الدينية والأخلاقية، إذ نادراً ما نسعى لمعرفة هذه الأمور عن طريق التجربة الروحية الباطنية.

ومن المؤسف أن ذوي القوى العقلية القادرين على استخدام عقولهم للكشف عن حقائق العلوم الطبيعية وحقول المعارف الأخرى يظنون أن باستطاعتهم أن يدركوا بالعقل الحسي أسمى الحقائق الدينية والأخلاقية. لكن وللأسف فإن عقول هؤلاء وقواهم المفكرة بدلاً من أن تكون عوناً لهم غالباً ما تعمل كحواجز تصدّهم وتحول دون تعرفهم على جوهر الحقيقة.

والآن دعنا نلاحظ الطرق الدينية الأربع التي تميّز النمو الروحي:

أولاً: الطريقة العقلية - وهي الطريقة الطبيعية الشائعة لكنها غير فعّالة من حيث الإدراك السريع للغاية. إن التطوّر والنمو العقلي هما أمران طبيعيان ومشتركان لكل الكائنات المدرِكة. إن وعينا بالذات هو ما يميّزنا عن الحيوانات الدنيا التي تتمتع بدرجات متفاوتة من الوعي ولكن ليس وعياً بالذات.

وفي مراحل وعمليات النشوء والارتقاء نجد أن هذا الوعي يصبح تدريجياً وعياً بالذات. فمن الوعي الحيواني يبزغ الإحساس بالذات، وتدريجيا يحاول الوعي تحرير ذاته ومعرفة ذاته بذاته. وهكذا ينتقل إلى الوعي بالذات؛ وهذا الانتقال مردّه سنّـة النشوء والتطور. فالنفس البشرية المرتبطة بالعديد من الحالات الجسدية والعقلية تحاول تدريجياً وبكيفية طبيعية الرجوع إلى ذاتها عن طريق ذاتها.

وتنمية عملية التفكير الواعي هي إحدى الطرق التي تختارها الذات الروحية كي ترتقي بذاتها وتتحرر من القيود الجسدية والروابط العقلية. ومجهود الذات الروحية في الرجوع إلى ذاتها عن طريق تنمية الفكر والتفكير هو أمر طبيعي. تلك هي طريقة العالم.

الروح الكلي يعرب عن ذاته في مراحل مختلفة من النمو: من الأدنى إلى الأعلى. في الحجر والتراب لا يوجد وعي أو حياة بالكيفية التي ندركها، أما في الأشجار فهناك نمو نباتي، أي

اقتراب من الحياة. ومع ذلك لا توجد حياة طليقة غير معوّقة أو عملية تفكير واعية على الإطلاق. في الحيوانات توجد حياة ويوجد وعي بالحياة. أما في الإنسان – الذروة – فتوجد حياة مع وعي بها، إضافة إلى وعي ذاتي داخل النفس. لذلك من الطبيعي للإنسان أن يطوّر ذاته عن طريق التفكير والتحليل والتأمل من خلال الدراسة المعمقة للكتب، وعن طريق البحث والتنقيب والتمحيص والتجريب ومحاولة الوصول إلى أصل العلل والمعلولات في العالم الطبيعي.

وكلما تعمّق الإنسان في تفكيره كلما كان مستخدِماً للطريقة التي بواسطتها بلغ مستواه الحالي في عملية الإرتقاء الكوني، وكلما اقترب من الروح الأعظم.

وبما أننا نرتقي بواسطة العقل إلى ما فوق الجسد ومتطلباته، فإن التطبيق الصحيح والإرادي لهذه الطريقة العقلية سيجلب نتائجَ محددة وأكيدة. إن تدريب العقل عن طريق الدراسة الجادة المتمعنة بغية تحصيل المعرفة في حقل ما يساعد على تحسين الوعي بالذات بعض الشيء لكنه ليس – من حيث الأهمية – بمستوى عملية التفكير الهادفة إلى تخطـّي الجسد ومعاينة الحقيقة.

في الهند تدعى الطريقة العقلية في أسمى صورها (جنانا يوغا) أي بلوغ الحكمة الحقيقية عن طريق التذكـّر والتمييز؛ كأن يذكـّر الإنسان نفسه على الدوام: "أنا لست الجسد ولا يمكن لصور الوجود الأرضي العابر أن تؤثـّر بي. أنا روح."

ولكن من عيوب هذه الطريقة أنها عملية بطيئة لإدراك الذات الروحية ذاتها، وقد تتطلب زمناً طويلاً. ففي حين تشرع الذات الروحية بإدراك الوعي الذاتي تبقى مع ذلك منشغلة بسلسلة من الأفكار العقلية العابرة التي لا يربطها بها رابط. أما سكينة الروح فتفوق العقل وتسمو على الإحساسات الجسدية، مع أنها – عند إدراكها - تغمر تلك الإحساسات وتتخللها.

ثانيا: الطريقة التعبدية - وتشتمل على محاولة تركيز ذهننا على فكرة واحدة بدلاً من تركيزه على مجموعة من الأفكار المتنوعة وعلى أمور مختلفة (كما في الطريقة العقلية.)

الطريقة التعبدية تتضمن كل أشكال العبادة كالصلاة (التي يجب تحريرها من كل الأفكار الدنيوية). في هذه الطريقة يجب أن تحصر الذات الروحية ذهنها بعمق وخشوع على ما تختار التركيز عليه: سواء على فكرة محددة للإلوهية أو على الوجود الكلي المطلق.

النقطة الأساسية هي أن يركـّز المريد عقله على فكرة تعبدية واحدة بهمة وحماس كبيرين. وبهذه العملية تتحرر الذات الروحية تدريجياً من التشويشات الفكرية العديدة وتمتلك الوقت والفرصة اللازمين للتفكير الذاتي بجوهرها. فعندما نصلـّي بإخلاص تام من صميم قلوبنا ننسى كل الإحساسات الجسدية ونـُقصي جانباً كل الأفكار المتطفلة التي تحاول أن تستقطب تفكيرنا وتشغل بالنا.

وكلما كانت صلواتنا عميقة كلما كان رضاؤنا كبيرا. وهذا يصبح المقياس الذي به نقيس مدى ومقدار تقرّبنا من الله الذي هو الغبطة العظمى. وإذ ندع الإحساسات الجسدية جانبا ونضبط الأفكار المشتتة الناشزة يتضح لنا سمو هذه الطريقة على سابقتها.

ومع ذلك فلهذه الطريقة قصور وصعوبات نابعة من تعلق الذات الروحية الطويل والمتواصل بالجسد وعبوديتها له، وهي تحاول دون جدوى إبعاد ذهنها عن مجال الإحساسات الجسدية والعقلية.

وبالرغم من رغبة الإنسان الصادقة في الصلاة أو الاستغراق التام في إحدى صور العبادة، يبقى ذهنه عرضة لغارات الأحاسيس البدنية الجامحة والأفكار العابرة التي تقوم الذاكرة بعرضها واستعراضها. في الصلاة غالبا ما نكون مهتمين جداً بتهيئة الظروف الملائمة للصلاة أو متحمسين كل الحماس للتخلص من المضايقات الجسدية.

وبالرغم من كل مجهوداتنا الواعية فإن عاداتنا غير السليمة التي أصبحت طبيعة ثانية بالنسبة لنا تتسلط على أماني الروح وتقيّد ملكاتها. وبالرغم من رغبتنا الصادقة يظل العقل مضطرباً مشوشاً بحيث يصدق عليه القول "حيثما يكون فكرك فهناك يكون قلبك أيضا." لقد طـُلب منا أن نصلـّي لله من كل قلوبنا،

ولكننا نبتهل عادة وقلوبنا تتقاذفها عواصف الأفكار والانطباعات الحسية.

ثالثا: الطريقة التأملية – هذه الطريقة والطريقة التالية لها هما طريقتان عمليتان بحتاً وتحتويان على أسلوب تطبيقي من التدريب، ويوصي بممارستهما عظماء الحكماء الذين تعرفوا على الحقيقة في حياتهم. وأنا شخصياً قد تعلمت هاتين الطريقتين من أحد هؤلاء الأقطاب الروحيين العظام.

وبممارسة طريقة التأمل حتى تصبح عادة راسخة نستطيع أن نجلب لأنفسنا حالة من النوم الواعي. هذه الحالة الساكنة والممتعة غالبا ما نختبرها عندما نكون مستغرقين في نوم عميق ونقترب من اللاوعي، أو عند الاستيقاظ منها والاقتراب من حالة الوعي.

في هذه الحالة من النوم الواعي نتحرر من كل الأفكار والإحساسات الجسدية الخارجية ويتسنى للنفس التفكير بذاتها والاقتراب من الحالة السعيدة بين الفينة والأخرى، طبقاً لعمق التأمل ووتيرة الممارسة.

في هذه الحالة نكون غافلين عن الاضطرابات الجسدية والعقلية – التي تشغل الذهن - ومتحررين منها. وبعملية التأمل هذه يتم التحكم بالأعضاء الخارجية والحسية عن طريق تهدئة الأعصاب الإرادية كما في حالة النوم.

الحالة التأملية هذه هي الأولى وليست الأخيرة للتأمل الفعلي. في (النوم الواعي) نتعلم ضبط الأعضاء الحسية الخارجية فقط. والفارق الوحيد هو أنه في النوم العادي يتم ضبط الأعضاء الحسية تلقائياً، بينما في التأمل يتم ضبط الأعضاء الحسية بالفعل الإرادي. ومع ذلك تبقى الذات الروحية في مرحلة التأمل الأولى عرضةً للتشويش من أعضاء الجسد الداخلية اللاإرادية كالرئتين والقلب وأعضاء أخرى نظن خطأً أنه لا يمكن التحكـّم بها.

لذلك ينبغي لنا البحث عن طريقة أفضل من هذه، لأنه ما لم تتمكن الذات الروحية من تعطيل الإحساسات الجسدية بالإرادة، وكذلك الأحاسيس الداخلية التي تسمح بظهور الأفكار،

فإنها تبقى عرضة لهذه التشويشات دون الأمل في السيطرة عليها وقمعها، أو امتلاك الفرصة لمعرفة ذاتها.

رابعا: طريقة اليوغا العلمية – قال القديس بولس "أموت كل يوم". وقد عنى بذلك أنه عرف طريقة تمكـّنه من ضبط أعضائه الداخلية وتحرير ذاته الروحية بالإرادة من الجسد والعقل معاً. مثل هذا التجربة يمرّ ويشعر بها الأشخاص العاديون غير المدرّبين في حالة الموت الأخير، عندما تتحرر الذات الروحية من الجسد البالي.

وبالتدريب الصحيح وممارسة طريقة عملية ومنتظمة يتسنى للممارس الشعور بانفصال الذات الروحية عن الجسد دون أن يختبر الموت الأخير.

وسوف أعرض هنا فكرة عامة عن الطريقة وعن النظرية العلمية الصحيحة التي ترتكز عليها. ما أعرضه هو من تجربتي الشخصية ويمكن القول أنها ذات صحة عالمية. ويمكنني القول والتأكيد أيضاً أن الغبطة التي هي غايتنا القصوى – حسبما أوضحت – تظهر بدرجة كبيرة في ممارسة هذه الطريقة.
وبالفعل الممارسة بحد ذاتها هي ممتعة للغاية. وأستطيع أن أؤكد بأنها أبهج بما لا يقاس من أعظم متعة حسية يمكن تحصيلها عن طريق الحواس الخمس أو العقل. ولا أرغب في إعطاء أي برهان عن صحة هذه الطريقة سوى ما سيحصل عليه الشخص الذي يمارسها. وكلما مارسها الراغب المريد بأناة وانتظام كلما شعر أنه أصبح أكثر رسوخاً في وعي الغبطة.

ونظراً لعناد وتأصّل العادات السيئة فإن الوعي الجسدي يتيقظ من حين إلى آخر ويهاجم بكل تذكاراته الحسية حالة السكينة تلك. ولكن مع الممارسة المنتظمة ولفترات طويلة فبالإمكان أن نضمن لممارسها بأنه سيأتي الوقت الذي به يجد نفسه في حالة من الغبطة الروحية السامية. ولكن يجب أن لا نحاول تصوّر النتائج التي تفضي إليها الطريقة ومن ثم نتوقف عن الممارسة بعد امتحان صغير. النجاح الحقيقي والتقدم الأكيد يلزمهما مراعاة النقاط التالية التي تمس لها الضرورة.

أولاً: الانتباه الدقيق للموضوع المرغوب تعلـّمه.

ثانياً: الرغبة الصادقة في التعلـّم مع روح استطلاع وقـّادة.

ثالثاً: المثابرة حتى بلوغ الغاية المرجوّة.
إذا سرنا حتى منتصف الطريق وأهملنا الطريقة بعد ممارسة بسيطة فلن نحصل على النتيجة التي نتوقعها.
من المؤسف جداً أن الناس يصرفون معظم أوقاتهم في تحصيل الحاجيات المادية أو الانهماك في التنظيرات والحوارات العقلية ولكن نادراً ما يحاولون أن يعرفوا ويختبروا بأنفسهم الحقائق الروحية التي تنعش وتنشط الحياة، بل وتعطي لها معنىً. فالمشاغل والأمور غير الجوهرية والرغبات المحمومة تشغل أذهانهم أكثر من الجهود الموجّهة توجيهاً سليماً في هذا المجال.
منذ سنين عديدة وأنا أمارس الطريقة المتقدّم ذكرها، وفي كل مرة أمارسها أشعر بفرح عظيم أو حالة من الغبطة الدائمة التي لا يتضاءل زخمها ولا يتوقف سيلها.
يجب أن نضع نصب أعينا أن النفس الروحية هي أسيرة الجسد منذ دهور عديدة وأحقاب مديدة، وقد لا تتحرر في يوم واحد، ولا يمكن للممارسة القصيرة المتقطعة أن تمنح الممارس تلك الغبطة الروحية السامية أو تضمن له السيطرة على الأعضاء الداخلية. ذلك يستلزم ممارسة جادة ومتأنية لوقت طويل.
ومع ذلك فإن التطبيق الدقيق لهذه الأساليب كفيل باستجلاب الإحساس بالغبطة النقية. وعلى قدر الممارسة يكون الاقتراب من الغبطة. هذه الحالة ليست من خلق أو اختراع أي إنسان، فهي موجودة بذاتها وما علينا سوى الكشف عنها في أعماقنا.
والسلام عليكم

قوة الإرادة وتأثير البيئة

المتاعب والمضايقات تحدث بسبب عدم دراية الإنسان بأعماله الماضية التي قام بها في مكان ما وفي زمن ما. فمعاناته الحالية ناجمة عن أفكار وأفعال صدرت عنه فتجسّدت بذوراً تغلغلت في تربة الوعي فأنبتت نبتاً وأخرجت ثمراً له نفس مواصفات الأفكار التي أطلقها والأفعال التي قام بها

المحن والبلايا لا تأتي لتحطم الإنسان وتشلّ إرادته، بل لتجعله يقدّر الله حق قدره ويحترم قوانينه التي من خلالها يمكنه الحصول على السعادة الحقيقية

الله لا يرسل تلك التجارب القاسية لأنها من صنع الإنسان في المقام الأول. وما على الإنسان إلا إيقاظ وعيه من سبات الغفلة وابتعاثه من ظلمة الجهل إلى نور المعرفة

في فضاء المعرفة الروحية

قال المعلم لمريد التمس إرشاده على الطريق الروحي:

لا تتشوق لاعتراف الناس بك وبإنجازاتك الروحية بل أطلب الله وحدة.

عندما تدرك أنه السلام في داخلك ستدرك أنه السلام والإنسجام في كل شيء طيب في الخليقة وستراه في جمال الطبيعة وتحس بقربه في الصداقة الصادقة وتلمس بركاته في الطموحات النبيلة والمقاصد الشريفة المنزهة عن الغايات الأنانية.. وستشعر بحضوره خلف حُجب لسكون وفي كل الأشياء الرائعة.

إقرع بهمة الباب وسيرتفع الحجاب وتبصر الوجه الأبهى بكامل مجده وروعة بهائه.

إن أحببت الله ستشعر بحبه ولن يقدر شيء آخر على مخادعتك. التجارب المادية تستهويك لأنك لم تتذوق طعم السعادة الروحية. ومتى تذوقتها ستعرف الفرق.

كن حراً في اختيارك. لا تدع أي شيء يقيّدك ولا تسمح لأحد بالسيطرة عليك أو التدخل في سعادتك.

إن نفسك هي جزء منفصل عن الكل الكوني ويجب أن تعثر على ذلك الكل الكامل حتى تختبر وعي الغبطة وتتذوق ملذات الحب الإلهي.

ابتعاث المحبة من سراديب الحقد والكراهية
نسألك يا رب أن تشع بأنوارك على نفوسنا
وتغمر محبيك والراجين عونك ببركاتك العميمة
وأن تبعد عنا أشباح الحروب والعنف والموت
وأن تلهمنا كي نجعل السلام مطلبنا
والمحبة زادنا

والتحرر من القيود المكبّلة هدفنا.
* * *
إن لم يسعَ الإنسان سوى لجمع المال وتحقيق رغبات الجسد
فالمكاسب التي يحرزها ضئيلة وهزيلة
لأنه سيأتي اليوم الذي به يخلّف كل المكتسبات الدنيوية وراءه.
ولكنه إن اغتنى بالله
يكون أغنى من كل ملوك وأثرياء الأرض.
تلك الكنوز المباركة هي في حوزة محبي الله
الذين لا يرضون عن غنى الروح بديلاً.
فإذ يعملون على تنمية ميولهم الروحية
وتغذية أشواقهم لمصدر حياتهم
وابتعاث المحبة من سراديب الحقد والكراهية
فإنهم يرتقون بوعيهم من الإعتبارات الدنيوية الضيقة
إلى آفاق الحرية والسلام والنور والفرح
ويدركون اتساعهم غير المحدود
ويختبرون مدركات ومعارف متجددة.
وإذ يغرسون بذور الأفكار والأفعال الطيبة
في مساحات وعيهم
تتفتح بصائرهم
وتنشط قوى إدراكهم
فيلامسون جوهرهم الحقيقي
ويعثرون على مملكة الله في داخلهم.
نسأله تعالى أن يأخذ بيدنا كي نجدد أنفسنا
ونخرج كياننا الروحي من دياميس الظلام
إلى فضاءات الحرية والطمأنينة وأنوار المعرفة.
الفواكه والخضروات الطازجة مغذيات حيوية
من محاضرة عن التغذية
ألقاها في إنسينيتاس، كاليفورنيا - حزيران/يونيو 1940
إن بروتين اللحم ليس المصدر الحيوي الوحيد للطاقة.

بعض الأملاح المعدنية الموجودة في الخضروات والفواكه غير المطبوخة هي أيضاً مصادر هامة.

صحيح أن حصة كبيرة من اللحم تمنح كمية وافرة من الطاقة لكن إن طغت اللحوم على الغذاء لفترة طويلة ستكف عن منح القوة، كما أن الكمية الزائدة من البروتين تتسبب في تسمم البروتين وهو مصدر للتعب وللمرض أيضاً. فالبروتين الزائد هو ضار تماماً كنقص البروتين.

إن أردت أن تتخلص من الإعياء فأحد العلاجات يكمن في التغذية الصحيحة. اللحم قد يعطي قوة مؤقتة، لكنه يتسبب بسموم كثيرة في الجسم. وتناولك كميات أكبر من الأطعمة النيئة غير المطبوخة سيقلل من الإحساس بالإرهاق وبالتالي ستشعر بفيض من الطاقة.

العصائر تمنح قدراً كبيراً من الطاقة، لكن الفواكه والخضروات الكاملة هي ذات قيمة غذائية أكبر من العصائر. ومع ذلك فإن بعض الناس لا يريدون أن يصرفوا الوقت الكافي لاستهلاكها على هذا النحو.

الجهاز الهضمي يستخلص المواد الكيماوية ويوزعها على أنواع مناسبة من الخلايا في كافة أجزاء الجسم.

الجسم يتكون من عناصر كيماوية متعددة، ويجب أن يقوم الغذاء بسد النقص في تلك العناصر على أساس يومي.

يجب أن يشتمل الغذاء اليومي على مقادير كافية من البروتين والفيتامينات والمعادن وبعض الدهون والزيوت، وقدر مناسب من الكاربوهيدرات الطبيعية، مع مراعاة التقليل قدر الإمكان من النشويات المكررة والسكر المكرر.

إن مصدراً رائعاً من الطاقة هو مزيج من عصير البرتقال واللوز المطحون فاللوز يُهضم بكيفية أفضل عند مزجه مع عصير البرتقال.

كما أنه من المهم أيضاً شرب مقدار وافر من السوائل. وفي حال عدم توفر الماء الجيد، ففي عصير الفاكهة الطازج وماء جوز الهند والبطيخ تكملة ممتازة وبديل جزئي عن الماء النقي.

في المستقبل سيتناول الناس عصير الفاكهة وعصارة الخضروات بوتيرة أكبر نظراً للفوائد الصحية التي تمنحها تلك العصائر.

عقدتا النقص والإستعلاء كلتاهما سيئتان

عقدة النقص سيئة مثلها مثل عقدة الإستعلاء لأن من يشعر بالنقص لن يتمكن من إظهار السمو الذي في داخله.

والإنسان كونه ذا طبيعة روحية فإنه موهوب بشرارة مقدسة ومن الخطأ والخطل التفكير بأنه وضيع أو أن يظن بأنه فوق الجميع ويتصرف تصرف من لا كرامة ولا أصل له.

عندما يظهر الشخص كبرياءه فإن ظل الكبرياء الكثيف يحجب نور الله داخل النفس.

لذلك يجب تحاشي العقدتين معاً لأن كلتيهما عائق في طريق التقدم الروحي.

فلنشعر أن الله معنا.. يلهمنا ويوجهنا وأنه الحب الأعظم في حياتنا.

العارفون بالله يشعرون أنهم خدام الجميع ولا يفكرون أنهم أفضل من سواهم.

عقدة النقص تلازم ذوي الأفكار الواهنة واللاشعور الضعيف وعقدة الإستعلاء هي وليدة الكبرياء المقيت والنفخة الكاذبة.

كلا العقدتين مدمرتان للنمو الروحي وتقومان على الوهم وتجاهل الحقيقة وليس على الفهم السليم والحكم الصائب.

يجب تنمية الثقة بالنفس من خلال قهر الضعف البشري الموروث. ويجب على الراغب أن يحاول تذوق حلاوة الثقة بالنفس من خلال إنجازات فعلية في حياته وبذلك سيتحرر من عقدتيّ النقص والإستعلاء بعونه تعالى.

سر الحيوية ومصدرها

الجسم يلزمه عدة ساعات لتحويل الطعام إلى طاقة. لكن كل ما ينبّه الإرادة وينشطها يولـّد طاقة فورية.

الإرادة تستخلص الحيوية من خلايا الجسم ومن مستودع الطاقة في الدماغ حيث يتم تخزين الطاقة المستخلصة من الطعام.

كما أن الإرادة تسحب أيضاً نشاطاً جديداُ من المصدر الكوني إلى الجسم عن طريق النخاع.

ولذلك فإن سر الحيوية يكمن في حفظ الطاقة التي لدى الشخص وجلب طاقة جديدة إلى الجسم بقوة الإرادة.

كيف يتم ذلك؟

أولاً يجب العمل برغبة وطواعية. فإن كان هناك ما يستحق العمل فينبغي عمله طوعاً واختياراً.

عندما تعمل عن طيب خاطر تمتلك مقداراً أكبر من الطاقة لأنك لا تسحب طاقة من الأعصاب في الدماغ وحسب بل تستقطب فيضاً غزيراً من الطاقة الكونية إلى الجسم.

المرأة التي تقوم بتحضير وجبة طعام شهية لحبيبها تكون مغمورة بالسعادة ومليئة بالحيوية لكن إن تم إرغامها على الطبخ ضد إرادتها تشعر بالتعب منذ البداية.

ولذلك فإن الإرادة تجلب الطاقة.

قصة قصيرة:

ذات مرة كنت أتحدث مع أحد أصحابي عن القديسين... وكان صاحبي سمساراً فلم يشاركني حماسي، بل قال: "إن كل ما تدعوهم قديسين هم بالأحرى دجالون، ولا يعرفون الله." لم أجادله، بل غيرت الموضوع ورحنا نتحدث عن مهنة السمسرة. وبعد أن أخبرني الكثير عنها قلت بلطف: "هل تعلم أنه لا يوجد سمسار واحد جدير بالثقة... وأنهم كلهم كذابون؟" فاستشاط غضباً وأجاب بسخط: "وماذا تعرف عن السماسرة؟" فأجبته: "وهذا ما عنيته بالضبط. وأنت ماذا تعرف عن القديسين؟" فأفحم. وتابعت القول بهدوء ومودة: "أنا لا أعرف شيئاً عن السمسرة وأنت لا تعرف شيئاً عن القديسين."

ملائكة من الطاقة

لقد خلقنا الله ملائكة من الطاقة
ووضعنا في أجسام مادية
فركّزنا كل اهتمامنا على الأجسام الهشة
ونسينا النفس الروحية المشحونة بطاقة الحياة الكونية
والآن يتعين علينا بذل مجهود حقيقي من التركيز
للإحساس بالوعي الكلي من جديد.

إن أصل النجاح يكمن في البصيرة الروحية النامية
التي من خلالها ندرك طبيعتنا غير المادية
وأن صورة الله تكمن بنا.
الزهرة الأولى في بستان الروحيات هي زهرة الإيمان والرجاء
أما الثمرة فهي المعرفة الفعلية من خلال الإختبار الذاتي.
تفاءلوا واعلموا أن خيرات وبركات الحياة في انتظاركم
ما دمتم تعملون بإخلاص وهمة
لاستعادة الإرث الإلهي المفقود.
الإنسان الروحاني الصادق هو ذلك الإنسان المتزن
الذي يشعر بالرضاء ويتمتع بصحة جيدة وبصيرة نامية
ويمتلك غنى النفس وكنوز الحكمة
ويثق بأن العون الإلهي قادم
مهما بدت الحياة قاسية والظروف معاكسة.
إن وجه الله يتراءى لنا في جمال الطبيعة
وصوته يتحدث إلينا من الأنغام الرقيقة الراقية
ومن أصوات المحبين اللطيفة العذبة
ومن خلال صوت الواجب المدوّي.
إن الحافز الذي يستحثنا نحو الخير والسلام
والسعادة والمعرفة هو صوت الله
الذي يدعونا للعودة إلى البيت المبارك
بيت الطمأنينة وراحة القلب
والتمتع بحضوره العذب
وجماله الفائق الذي لا نظير له.
الدنيا مخادعة للغاية ويجب أن نتعامل معها من هذا المنطلق. وإن لم نتغلب على خداعها وأوهامها أولاً فلن نتمكن من مساعدة أي شخص آخر.
يجب أن نتذكر بأنه في خلوة العقل المركـّز يكمن مصنع كل الإنجازات العظيمة. وفي هذا المصنع العجيب يجب أن ننسج أنماط إرادتنا باستمرار من أجل التغلب على كل الظروف المعاكسة أو التعامل معها على نحو مُجدٍ وفعال.
يجب تدريب الإرادة وتمرينها على الدوام.

أمام الإنسان الكثير من الفرص للعمل في هذا المصنع الأرضي ما دام لا يضيّع وقته ويهدر طاقاته سدىً.

إنني أنسحب في الليل من مطالب الدنيا لأكون مع نفسي
بعيداً كل البعد عن العالم
وحيداً مع إرادتي في خلوتي الروحية
حيث أسيّر أفكاري في الاتجاه الذي أرغبه
وأتخذ القرار في قرارة نفسي.

عندما أستحث إرادتي للقيام بالنشاطات السليمة النافعة تخلق لي النجاح. وبهذه الكيفية استخدمت إرادتي استخداماً فعّالاً مرات عديدة. ولكن ذلك لا يتحقق ما لم يكن استخدام الإرادة متواصلا.

أي شعور رائع ستحس به عندما تتمكن من القول ومن التأكيد "إن إرادتي المشحونة بالإرادة الإلهية ستحقق لي ما أبتغيه!"

إذا تهاون المرء وأوكل كل شيء للإرادة الإلهية دون استخدام إرادته الموهوبة له من الله فلن يحصل على النتيجة التي يتوخاها.

القوة الإلهية تريد أن تساعدك من تلقاء ذاتها.

يجب أن نطرد من أذهاننا التفكير بأن الله بجبروته وقدراته الخارقة بعيد عنا ومحتجب في أقاصي السماء، وألا ننسى بأن الإرادة الإلهية تكمن خلف إرادتنا البشرية، ولكن تلك القوة الجبارة الشبيهة بالمحيط الزاخر في مدها ومددها لن تأتي ما لم يكن العقل متفتحاً والقلب متقبّلاً.

مناجاة

أيتها الأم الكونية
لتكوني الشعلة الوحيدة في قلوبنا
ولتبددي ظلام نفوسنا.
وفي دموع محبتنا لكِ
اغسلني حبنا للدنيويات.
وفي غبطة توافقنا معكِ
بددي مرة وإلى الأبد كآبتنا وأحزاننا.
اجعلي من قلوبنا الصغيرة قلباً كبيراً

يتسع لحضورك الكلي.
وفي مرآة طبيعتك الإلهية
فلنبصر أنفسنا كاملة نقية.
لتصعد شعلات محبتنا لكِ
إلى ما فوق لهيب الشهوات الأرضية.
ملايين المغريات تتنكر بصورتك
وتخدعنا على الدوام.
* * *
تعالَ أيها الفرح الإلهي الكامل النقي!
أدخل معابد أشواقنا إليك.
لتكن الكوكب الهادي
في سرواتنا بليالي الجهل المظلمة
ولتأخذ بيدنا وترجعنا سالمين
إلى مرفأك الآمن الأمين!

همسات من الأزل Whispers from Eternity
الرباعية الأولى من رباعيات الخيام
ترجمة إدوارد فيتزجيرالد وشرح المعلم برمهنسا

تقوم شهرة عمر الخيام في الغرب على ترجمة فيتزجيرالد لرباعياته في منتصف القرن التاسع عشر، والتي تعتبر الترجمة الأفضل على الإطلاق إلى اللغة الإنكليزية.

وقد اعتبر المعلم برمهنسا عمر الخيام واحداً من كبار المتصوفة وعلى درجة عالية من معرفة الذات، وأنه استخدم الرمز للتعبير عن تجربته الروحية الذوقية، وأنه أسيء فهمه على نحو خشن، ولم يتعمق الباحثون بما فيه الكفاية لمعرفة فلسفته الروحية التي أودعها الرباعيات.

Awake! for Morning in the Bowl of Night
Has flung the Stone that puts the Stars to Flight
And lo! the Hunter of the East has caught
The Sultan's Turret in a Noose of Light

الترجمة العربية:

استيقظوا فها قد قذف الصبحُ وعاءَ الليل بحجر
مبدداً شمل النجوم تبديدا
وها صائد الشرق
قد أمسك ببرج السلطان
بأنشوطة من نور.

شرح وتفسير :

شرح المعاني:

الصبح: هو فجر الإستيقاظ من الوجود الأرضي الواهم.

وعاء الليل: ظلمة الجهل التي تسجن الروح الخالدة في الوعي البشري الضيّق المحدود.

الحجر: التهذيب الروحي.

النجوم: الوميض الجذاب للرغبات المادية.

صائد الشرق: الحكمة الشرقية الجبارة التي تقضي على فلول الأوهام.

أنشوطة من نور: إشراقة الحكمة المباركة، التي تدمر الظلام المغتصِب الذي يأسر النفس ويكبلها.

التفسير:

السكون الباطني يهمس:

"استيقظوا! واهجروا سبات الجهل، لأن فجر الحكمة قد بزغ، واقذفوا وعاء المجهول المظلم بحجر التهذيب الروحي ليحطمه ويبدد شمل النجوم الخافتة البريق للرغبات المادية الباهتة.

"أنظروا نور الحكمة الشرقية، صائد الأوهام ومدمرها، فقد أمسك ببرج الروح الشامخ بأنشوطة من نور، وبدد ظلامها المادي المقيد، تبديدا.

"أيا ساكني مدينة الأوهام، اهجروا النوم! فإن شعاع شمس الرسالة الروحية ذات الحكمة الباطنية قد ظهر.

تعلموا كيفية استخدام حجر التهذيب الروحي الصلب لكسر وعاء الجهل المظلم، وطرد الرغبة في المتع المادية المؤقتة منه.

"خذوا العبرة من صائد الحكمة الدائم البحث عن النفوس المتعطشة للنور والباحثة عن الحقيقة ليطوقها بهالة من الألق لمجيد.. ألق الحرية الأبدية."

عودة الإبن الشاطر

ذات مرة، منذ سنين طويلة، رأيت أن احد تلامذتي يسير في خط معاكس.

وإذ أدركت بالبصيرة النتائج الحتمية التي ستترتب على تصرفه. حاولت إقناعه بشتى الوسائل المنطقية للعدول عن مواصلة السير في ذلك الاتجاه، ولكني وجدت أنني لن أستطيع مساعدته

لأنه كان قد اعتزم المضي قدماً في طريق الشر.

أخيراً قلت بيني وبين نفسي:

"ما دام يريد ذلك فلأتركه وشأنه."

ولكن محبتي له واهتمامي به عاوداني بسرعة فجلست تحت شجرة تين ورحت أتصوره.

وبهمة وحماس متقد بعثت له بشكل متواصل الرسالة الفكرية التالية:

"لقد طللب مني الله كي أطلب منك العدول عما تنتويه."

عند المساء استحثني شعور بديهي قوي أحسست به في جسمي وعقلي بأنه راجع فعلاً.

وفجأة ظهر "الابن الشاطر" وقد عاد إلى البيت. فحيّا بانحناءة وقال:

"طوال النهار، حيثما ذهبت ومهما فعلت أبصرت وجهك. فما معنى ذلك؟"

أجبته: "لقد كان الله يناديك من خلالي. ذلك كان نداءه لا ندائي أنا.

لم يكن من دافع أناني في رغبتي، ولكنني صممت على عدم مغادرة

هذا المكان إلا بعد عودتك."

هذا النوع من التصميم يمكن أن يحدث تغييرات كبيرة. إنه بالفعل قوة عجيبة مدهشة!

عندما تحدد اتجاهك وتعقد العزم على مواصلة السير يجب أن تفعّل إرادتك وتبذل مجهوداً عملياً، وستجد عندها أن كل عناصر النجاح ستأتي إليك من حيث تدري ولا تدري.

في إرادتك المشحونة بالتيار الإلهي تكمن الاستجابة لصلواتك.

عندما تستخدم تلك الإرادة فإنك تفتح النافذة التي من خلالها تحصل على الاستجابة لصلواتك.

تلك هي تجربتي الذاتية. في الماضي حاولت القيام ببعض الأشياء لمجرد اختبار إرادتي، ولكنني الآن لا أفعل ذلك لأنني أعرف النتيجة مسبقاً: كل ما أريده يتحقق بفضله تعالى.

من كتاب "غاية الإنسان القصوى"

لنجعل الله راعي نفوسنا
والنور الرباني الكشاف
على دروب الحياة المعتمة.
هو بدر الهداية في ليالي الحيرة
وشمس اليقين في ساعات اليقظة
ونجم الإسترشاد في بحر ظلمات الوجود الأرضي.
لنطلب عونه ولنلتمس إلهامه
لأن العالم سيستمر في صعوده وهبوطه
وأحداثه المتلاطمة كالأمواج العاتية.
من أين سنحصل على الهداية؟
ليس من عاداتنا المتقلبة المتحيزة
ولا من بيئتنا الخاضعة للمؤثرات
ولا من بلداننا أو عالمنا
بل من صوت الحق الهادي
الصادر من أعماق الروح.
في كل لحظة أفكر بالله وحده.
لقد سلمته روحي
ووضعت قلبي في عهدته
ووجهت إليه حبي وأشواقي.
يجب أن لا نثق بشيء أكثر من ثقتنا بالله
وأن نثق من بعده بأولئك الذي يظهرون نوره.
ذلك النور هو مرشدي
وهو حكمتي ومحبتي
والقوة التي لا تـُقهر

والحق الذي لا يُعلى عليه
الآن وطوال الأبد.

هناك أناس متطرفون في تفكيرهم بحيث يعتقدون أنهم لكي ينجحوا في الحياة يتعين عليهم أن يعملوا كالآلة دون توقف.

وعلى النقيض الآخر هناك أناس لا يقلون تطرفاً عنهم إذ ما أن يصبحوا مهتمين في الأمور الروحية حتى يفقدوا الرغبة في كل شيء آخر، وذلك موقف خاطئ.

هم يعتبرون، على سبيل المثال، أن لا حاجة للقيام بأي شيء يتطلب تركيزا ًدقيقاً واهتماماً مادياً، وينصحون بالزهد والتخلي عن كل شيء مادي. لكن ذلك الموقف يخفي خمولاً عقلياً

تحت عباءة من الروحانية الزائفة.

ولقد وجدت أن عظماء المعلمين مهتمون جداً بالعالم لكن دون أي ارتباط به. فعندما كان معلمي يُعطى شيئاً جميلاً كان يعتني به ويحافظ عليه، ولكن إن حدث وانكسر ذلك الشيء أو أصابه العطب، كان يضحك ويقول: "انتهى اهتمامي به إذ أخذ الكثير من انتباهي."لقد كان زاهداً لأنه كان عديم التعلق.

وأنا أيضاً أشعر بنفس الكيفية. إنني أقدّر ما يمنحه الله لي ولكنني لا أفتقده إن خسرته.

ذات مرة أهداني أحدهم معطفاً جميلاً مع قبعة، وكان طقماً مكلفاً، فرحت أهتم به وأحافظ عليه من التمزق والإتساخ إلى أن ضقت ذرعاً بذلك فقلت: "يا إلهي، إنني في غنى عن هذه المضايقة!"

ذات يوم، توجهت إلى إحدى القاعات في مدينة لوس أنجلوس لإلقاء محاضرة، وما أن وصلت ورحت أنزع المعطف حتى سمعت الصوت الإلهي يقول: "خذ معك كل الأشياء التي في جيوب المعطف." ففعلت.

عدت بعد انتهاء المحاضرة إلى غرفة حفظ المعاطف وإذ بالمعطف - حفظكم الله - قد اختفى.

زعلت كثيراً لذلك فقال أحدهم: "لا تزعل سنشتري لك معطفاً آخر." فقلت: "لست زعلاناً لأنني فقدت المعطف، ولكن

لأن الذي أخذ المعطف لم يأخذ أيضاً القبعة التي تنسجم تماماً مع المعطف."

يجب أن لا نسمح لمشاعرنا بالسيطرة علينا. كيف يمكن للشخص أن يكون سعيداً إن كان لا يهتم سوى بثيابه وبمقتنيات أخرى؟

هذا لا يعني عدم ارتداء الثياب النظيفة والمرتبة أو تنظيف البيت وترتيبه ولكن المقصود هو عدم التقيد الزائد والهوس بهذه الأمور.

في إحدى المرات دعيت إلى حفل عشاء وكان كل شيء في غاية الأناقة والترتيب. استمتعت كثيراً بالعشاء لكن مضيفينا كانوا على درجة عالية من التوتر خوفاً وتحسباً من عدم سير كل شيء على ما يرام، ونتيجة لذلك أفسدوا الجو بتوترهم.

الذين يمتلكون الحساسية يشعرون بقلق الآخرين وعدم ارتياحهم. لمَ الخوف والتوجس؟ يجب أن نعمل أفضل ما لدينا ثم نستريح ونريح. يجب أن ندع الأمور تأخذ مجراها الطبيعي دون أن نعمد إلى تغييرها بالقوة، وعندئذ سيرتاح الذين من حولنا أيضاً.

قطوف برمهنسية

خلف الإرادة البشرية تكمن الإرادة الإلهية والهدف من الإنسياب غير المحدود للطاقة الكونية

هو إظهار كل ما هو صالح ونافع في الحياة.

لهذا السبب فإن من يثبت ويظل متوافقاً مع الإرادة العليا سيكتب له النجاح بعونه تعالى.

الإرادة هي طاقة ورغبة موجّهتان نحو إنجاز هدف محدد.

لا يمكن القيام بأي شيء دون الإرادة، بل لا يمكن استحداث ولو حركة بسيطة في الحياة اليومية دون استخدام الإرادة.

معظم الناس يقومون بأشياء غير جوهرية ولا يركّزون جهودهم بطريقة بنّاءة.

الأمنية تختلف عن الإرادة مع أن الأمنية يمكن أن تعمل كمحفز للإرادة.

في تنمية قوة الإرادة يجب أولاً وقبل كل شيء امتلاك التصميم واستخدام الإدراك والتمييز والحكمة.

يلي ذلك تدريب واستخدام الإرادة على نحو واعٍ لبلوغ الهدف المنشود.

ويتعين مواصلة السير وبذل المجهود حتى تحقيق المبتغى.

عندما يعقد المرء العزم على بلوغ غاية نبيلة يصبح من غير اللائق أن يكف عن المحاولة

أو أن يستسلم للظروف المعاكسة.

عندما يكون الوعي متوافقاً مع الإرادة العليا ويتم تركيز الفكر والإرادة على فكرة معينة دون توقف ستتشبع قوة الإرادة بالنشاط الكوني الذي لا حد له ولا نضوب لمعينه.

الإرادة البشرية المحكومة بالجهل والشهوات تجلب على صاحبها الآلام والمتاعب.

ولتذوق طعم السعادة الحقيقية يجب أن تتغلب الرغبات الصالحة على الطالحة وأن يتم توجيه الإرادة في المسار الصحيح نحو ينبوع الحق ومصدر كل خير في الوجود.

لماذا يتعين على الإنسان الإمتناع عن شهادة الزور؟ لأن الزور ينمّي الرياء والنفاق.

الغدر هو من أكبر الكبائر في نظر الله. فالتقوّل زوراً وبهتاناً على أحدهم لمكسب شخصي أو رغبة في الإنتقام هو نوع من الحلف الكاذب. ولو اتبع كل واحد هذا الأسلوب لعمّت الفوضى ولساد الهرج والمرج بين الناس.

كما أن الإصغاء لشهادة زور ضد شخص آخر هو تأييد لشاهد الزور ومشاركة له في سلوكه المشين، ولا بد أن يتحول ذلك الإصغاء والتأييد إلى صراع عاطفي داخلي يمزق سلام النفس ويعكر صفو العيش.

وحتى لو تم تبرير ذلك مؤقتاً لكن الفعل سيرتد بقوة في نهاية المطاف ويخلق كرباً وألماً نفسياً يقلق الوعي ويصفع الضمير.

كما أن للحسد مضاراً وعواقب وخيمة، إذ يجلب للحاسد معاناة ذاتية لأن ما يطلقه المرء من أفكار ومشاعر سيرتد إليه ثانية.

من يمنح المحبة والإيثار سيحصل في المقابل على مودة ومعاملة إيثارية أما من يبعث بأفكار الجشع والأنانية والحسد فسيجلب هذه الأشياء لنفسه بنفس المقدار.

ولماذا يتعين على الإنسان أن لا يسرق؟

كيف سيكون العالم لو أن كل واحد عاش على التشليح والسلب والإبتزاز؟ والحالة هذه ستـُقترف أفظع وأبشع الجرائم. سيكون هناك اقتتال ضارٍ لحماية ممتلكات واستعادة مسروقات.

السرقة هي تصرف منافٍ للأعراف الإجتماعية وتسلب الآخرين حقوقهم ولذلك فهي ضد نواميس الوجود ولا تمتلك المجتمعات المرافق المناسبة والطرق الناجعة للتعامل مع الجناة.

عندما يودَع اللصوص السجون فقد تصبح عاداتهم أشد رسوخاً وقد يكتسبوا أيضاً عادات جديدة سيئة أثناء مخالطتهم جناة آخرين. وإن حصل ذلك فإنهم سيكونون عند خروجهم من السجن أسوأ بكثير مما كانوا عليه قبل دخوله.

نسألك يا رب أن تباركنا كي لا نسمع شراً ولا نبصر شراً ولا ننطق شراً ولا نستنشق شراً

ولا نلمس شراً ولا نحس شراً ولا نفكر شراً ولا نحلم شراً

إن القوى التي نستخدمها كل يوم:

- مدركاتنا الحسية
- ومشاعرنا
- وذكاؤنا

كلها مقترضة من الله ولا يمكننا العيش ثانية واحدة بدونه.

مع ذلك، وفي الوقت الذي نستخدم فيه هباته لا نفكر به كما ينبغي ولا نوليه الإهتمام اللائق به

بل نتعقب المتع الحسية والطموحات الدنيوية بتحقق تام مع العالم المادي وارتباط كامل به..

وهذا هو السبب الجذري لكل آلامنا ومعاناتنا.

لقد خلقنا الله على صورته ولذلك لا يمكننا أن نعرف طعم السعادة الحقيقية ما لم نكتشف حضوره في داخلنا ونتذوق رحيق غبطته في نفوسنا.

ولا يمكننا أيضاً امتلاك القوة المباركة اللازمة للحصول، بالإرادة، على ما نحتاجه يومياً

ما لم ندرك بأن الله هو مصدر تلك القوة الذي يتعين علينا الإعتماد عليه والتوجه إليه

بقلوب شاكرة على كل النعم التي يمطرنا بها بسيل متواصل.

{لَئِنْ شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ}

عندما تطفح قلوبنا بالشكر للواهب الأكرم تصبح هياكل مقدسة لحضوره المجيد وذلك هو أعظم إنجاز يمكن أن يحققه المرء لأن غاية الحياة هي توافق الإنسان مع خالقه والتقرب منه والتعرف عليه.

{اطلبوا أولا ملكوت الله وبره وهذه كلها تـُزاد لكم}

فبتذكرنا الدائم لله وتفكيرنا الودي به سندرك أنه حبيبنا وأننا خاصته وبأن لنا نصيباً في لكوته..

ملكوت الغبطة والمحبة والنور والخير.

عندما نتأمل بركات الله العميمة ومن أعظمها إمكانية توظيف حرية الإختيار في اتباع المسار الصحيح المفضي إلى التوافق مع المقاصد العليا وبلوغ السعادة الروحية يصبح كل يوم مفعماً بفرح باطني متجدد ونشعر بانسياب تيار مبارك إلى حياتنا فيغمر الشكر قلوبنا ويصبح للحياة طعم ومعنى.

إن الإنسان الذي يستطيع من خلال التفكير التأملي رؤية القانون الإلهي الذي يعمل بكيفية غامضة لا يكف عن التسبيح شكراً وتواضعاً للذي يليق به كل حب وتسبيح وامتنان.

فلنتذكر الله مصدر كل خير في الوجود ولنمزج تذكـّرنا بحب صادق نابع من أعماق القلب

لله الذي منه تفيض الحياة وتشع المحبة وتنسكب البركات دون انقطاع.

ولنتذكر بمودة كل من أضاء شمعة للإنسانية أو نثر بذوراً صالحة في تربة العالم أو نشر أفكاراً مضيئة أو شجّع على عمل طيب وسلوك نبيل.

لنفتح قلوبنا للمحبة ولنجعل عقولنا متقبلة للإلهامات النيرة ولنسأل الله العون والهداية

فيما نفكر به ونقدم عليه من أعمال.

الخوف يسمم القلب

العقل البشري هو مستودع هائل من الطاقة أو النشاط الحيوي.

هذا النشاط يتم استخدامه على الدوام في الحركات العضلية وعمل القلب والرئتين والحجاب الحاجز والاستقلاب الخلوي وتفاعل الدم الكيماوي، وفي عمل أجهزة الحس الآلية (الأعصاب).

بالإضافة إلى ذلك فإن كمية كبيرة من النشاط الحيوي يتم صرفها في التفكير والعاطفة والإرادة.

الخوف يوهن النشاط الحيوي وهو من ألد أعداء الإرادة الفاعلة.

الخوف يعتصر ويعيق نشاط الحياة الذي ينساب عادة بانتظام نحو الأعصاب فتبدو وكأنها قد أصبحت مشلولة، فيهمد الجسم وتتناقص حيويته بشكل محسوس وملحوظ (الخوف قطاع العصب!).

الخوف لا يساعد على التخلص من سبب الخوف. إنه يوهن الإرادة ويستحث الدماغ كي يبعث بإشارة تعويقية إلى أعضاء الجسد. والخوف يسمم القلب ويعيق عملية الهضم ويسبب العديد من الاضطرابات البدنية.

عندما يظل الوعي مركـّزاً على الله فلن تخشى شيئاً وستتمكن من قهر كل عائق وعقبة

بالشجاعة والإيمان. الـ "أمنية" هي رغبة تعوزها الطاقة أما "النية" فهي اعتزام القيام بشيء ما: تحقيق أمنية أو رغبة. لكن "الإرادة" يمكن التعبير عنها بالقول: "إنني أعمل دون توقـّف حتى أحقق ما أريد."

عند تدريب الإرادة، يمكنك إطلاق قوى من النشاط الحيوي وتوجيهها وليس عند تمني الحصول على شيء ما دون القيام بما يلزم لتحصيل ذلك الشيء.

يجب أن لا نفقد الأمل بل ندرك أن الله يتيح لنا الفرصة تلو الأخرى لتحسين أحوالنا وترقية أفكارنا وابتكار أشياء جديدة ونافعة لنا ولغيرنا في الحياة.

إن كان أسلوب حياتنا لا يعجبنا فيجب أن نستكشف طرقاً وأساليبَ جديدة تمنحنا قدراً من الرضاء والراحة النفسية..

وينبغي لنا أن نفكر بعمل ما من شأنه تحسين أحوالنا وجعل حياتنا ذات جدوى ومعنى وأن نطبق ذلك على أرض الواقع.

ما تمس الحاجة إليه هو تغيير الوعي أو تعديل مساره.

يجب أن نصمم على أننا لن نسمح للمشاكل بأن تؤثر بنا وتفقدنا توازننا وبأننا لن ندع الأشياء المقلقة تنغص حياتنا وتحتل مشاعرنا وتفسد أجواءنا.

وبأننا لن نكون ضحايا العادات الضارة والطباع المؤذية وبأننا سنكون أحراراً طلقاء كالطيور في الأجواء.

لا حاجة لأن يبقى الناس كأحلاس الجمود دون حركة أو تجديد. يجب نزع أغلفة الوهم عن جوهر الروح حتى يشع بنقائه وقوته ويظهر روعة النفس الشريفة التي وهبها الله للإنسان.

إن الله ليبارك الجهود الطيبة والطموحات المشروعة والتصميم على النجاح.

خلف حياتنا تكمن قوة الروح الأعظم وخلف إرادتنا يقبع المحيط الكوني للإرادة الإلهية.

إننا جزء لا يتجزأ من ذلك الأوقيانوس الذي لا ساحل له. وعندما نصل إليه ونعوم به، يتمدد وعينا فنشعر باتساعنا.

التفكير به يقربنا منه والتأمل عليه يوصلنا إليه.

والجهد الموصول للتناغم معه يمدنا بالمعرفة والعزيمة والنشاط..

والتحضير اليومي للوعي يجعل الحب الإلهي والبركات السماوية

تنساب إلينا دون انقطاع ويكتب لنا نصيباً وافراً في كنوز المحيط.

يوجد وعي إلهي كامن في كل إنسان.. وعيٌ ينتظر الفرصة للإعراب عن ذاته

والخروج من سرداب الأنا (الأيغو) الضيق والمقيّد.

وكما يستيقظ الإنسان من كابوس مزعج ليدرك أن ما رآه لم يكن سوى مجرد حلم هكذا يستحث الوعي الإلهي الإنسانَ

كي يستيقظ من كابوس الغفوة والتيه إلى وعي جديد وفهم سديد لمعنى وغاية الحياة.

إن أردنا اختبار فجر اليقظة الروحية ومعاينة أنوار اليقين فيجب أن نصغي للصوت الداخلي

ونستجيب لإيحائه. ويجب أن نزيح عن الدرب حجارة الوهم وصخور الجهل التي تعيق مسيرة الروح وتعرقل حركتها..

وأن نقرع بيد الشوق باب اليقظة من سبات اللامبالاة علنا نتنسم نفحات الغبطة ونجلب الكهرباء السماوية إلى كل فكرة من أفكارنا وكل شعور من مشاعرنا

وكل عمل من أعمالنا.

نسأله تعالى أن يفتح في وعينا نوافذ الإدراك ويغمرنا بنور الحكمة ويحوطنا بمحبته ويشملنا بحنانه الأبدي.

من بين الذين أتوا إليّ كان هناك أشخاص قلت لهم منذ البداية وبصراحة أن دوافعهم لم تكن سليمة وطلبت منهم تغيير تلك الدوافع.

قلة منهم لم يعجبهم قولي لكن آخرين تجاوبوا وتغيروا نحو الأفضل.

المراءاة لا تفضي إلى نتيجة طيبة وأذكى الأذكياء لا يستطيع إخفاء ما تظهره عيناه

فتاريخ المرء بكامله مدوّن في عينيه.

إن رغبت في معرفة طبيعة أحدهم فاسأل الله كي يطلعك على حقيقة ذلك الشخص

لأنك لا تريد أن تنخدع، وستشعر في أعماق قلبك بطبيعته الحقة ولن يخطئ حدسك.

عندما نتحدث إلى جليسنا يجب أن ننظر مباشرة في عينيه وننطق بثقة ويقين وصدق.

وعندما نصافح إنساناً يجب أن ننقل إليه مغناطيسية محبتنا وإخلاصنا وأن نحاول مساعدته على قدر استطاعتنا.

يجب أن يكون الراغب في المعرفة إيجابياً وأن يعمل على تنمية مغناطيسيته الروحية، عندئذ سيهبه الله القوة على مساعدة الآخرين ونقل اهتزازات مباركة إليهم.

قد أرتحل إلى ما وراء أقصى الكواكب والنجوم ولكني سأكون لك على الدوام. مريدوك قد يأتوا وقد يمضوا في سبيلهم ولكني سأصحبك وأكون لك على الدوام. قد تتقاذفني أمواج التجسدات العديدة وأحس بالوحشة والوحدة ومع ذلك سأكون لك على الدوام.

العالم المتلهي بألعابك قد يسلاك ولكني سأذكرك على الدوام. قد يخبو صوتي ويخذلني

ولكن بعبارات روحي سأهمس: "سأكون لك على الدوام".

المحن والأمراض والمنية قد تمزقني وتنخل جسدي ولكن ما دام في ذاكرتي بقية من بصيص

انظر في عينيّ المحتضرتين.. إذ من خلالهما سأقول لك: "سأحبك طوال الأبد وسأبقى وفياً لك على الدوام!"

أقول لكم صدقاً أنني حصلت على الإجابات لكل أسئلتي ليس من البشر بل من الله نبع الجود

ومصدر كل معرفة في الكون.

فهو ملهمي الأوحد في الحياة وعندما أتحدث أطلب منه كي يشحن كلماتي بقوته وحقه وحبه ونوره فأحس بأمواج من الغبطة تغمرني لأن حبه الأعظم ينسكب في النفس كهبات النسيم العليل أيام الحر ويتواصل انسكابه بقوة ليل نهار.. أسبوعاً بعد أسبوع وعاماً بعد عام فلا تعرف أين النهاية.

الإنسان يفكر أنه بحاجة للحب والثراء من مصادر بشرية لكن خلف كل حب ووراء كل ثراء

الحب الإلهي الذي لا يتغير والغنى الروحي الذي لا يقاس به ثراء أرضي ومن يدرك بأن الله هو مصدر كل حب ونعيم ونعمة سيعثر عليه ويسعد به أيما سعادة.

مزيد من تعاليم وتأملات المعلم برمهنسا يوغانندا

الإخلاص هو حجر الأساس على الطريق الروحي

بل هو الدعامة التي تقوم عليها صلة النفس بخالقها.

وهذا يعني أن نتوجه إلى الله بكل ثقة

ونتحدث إليه بصراحة وحميمية

بأبسط لغة .. لغة القلب

ونطلب منه أن يساعدنا

كي نسعى إليه ونتوكل عليه
ليرطب قلوبنا
ويحررنا من الضيق والمضايقة
ومن كل ما قد يعترض سبيلنا
ويحاول صدنا عن مقصدنا الروحي.
في نهاية المطاف
هناك هدف واحد لكل اختباراتنا وتجاربنا
وهو تحفيزنا كي نبذل قصارى جهدنا
و نسلّم الأمور لله.
ويا سعد من يمتلك هذا الفهم
إذ بدونه نحيا بنزاع ومناجزة
دون معرفة السبب.
لكن على الطريق الروحي
نعرف أن الشدائد التي تعترضنا
الغرض منها كي نتواضع أمام الله
ونفرغ أفكارنا ومشاعرنا
من الكبرياء الزائف والعظمة الموهومة
حتى يملؤنا الله بنوره وحكمته ومحبته.
في ذلك التسليم الذاتي لله
يكمن الإتصال العذب به.
ولنتذكر أنه ما دام الإحساس "بالأنا" مسيطراً
فهناك نزوع إلى الإبتعاد عن الله
محتسبين أن لدينا ما يكفي من القوة والحكمة
كي نقف على قدمينا دون سند
ونحل مشاكلنا بأنفسنا.
إننا نخشى إن نحن سلّمنا للإرادة الإلهية
بأننا لن نسعد بما يرسله الله لنا
وهذا دليل على قلة الإيمان بالله.
ولكن عاجلاً أم آجلاً
سنضطر للتوجه إلى الله.
وسيكتشف كل إنسان هذه الحقيقة في حياته
إن لم يكن قد اكتشفها فعلاً.

هذه ليست فكرة مثبطة أو سلبية
فأعذب متعة في الوجود هي
الشعور أننا في حضرته
آمنون مطمئنون من مفاجآت الحياة وضربات الزمن.
تلك هي طبيعة التواضع وسمة المتواضعين
وفي هذا تكمن القوة الروحية الحقيقية
وعظمة الإخلاص
وعمق المحبة
وروعة الرضا والتسليم.
{لتكن إرادتك لا إرادتي يا رب}
(توكلنا على الله).
لكي نلامس طبيعتنا الروحية
يجب أن نعمل على إظهار الوعي السامي في حياتنا
وعندما تهجم المصاعب يجب أن نذكّر أنفسنا
بأننا لسنا ضعفاء وبأننا نمتلك الأدوات المناسبة للتعامل
معها
ويجب أن لا نسمح للمسؤوليات والمشاكل أن تعكر صفونا
وتنتزع منا سلامنا.
لقد أتينا إلى هذا العالم لتطوير أنفسنا
واستكشاف إمكاناتنا الروحية
لا أن نغوص في بحار الوهم المظلمة
والتي تنطوي على مخاطر لا حصر لها.
وإن أردنا أن نتعرف على ذاتنا الروحية
يجب أن نكون صادقين مع الله ومع أنفسنا
ومخلصين في تعاملنا مع الناس
وأن تكون الرغبة الأقوى في حياتنا
هي التعرف على مصدرنا الإلهي
الذي عنه انبثقنا ولا بد أن نعود إليه
مهما طالت غيبتنا في دنيا الإغتراب.
وإن بدت الأجواء عابسة مكفهرة
يجب أن نحتفظ بإيماننا
بأن الشمس ستشرق من جديد

وأن الخير في الحياة أكثر من الشر
والمحبة أقوى من الكراهية
وأن السائرين على الدرب الصحيح
سيصلون مهما بدت المسافة طويلة والمقصد بعيداً.
وإن تكاثفت الهموم
فلا بد من تبديدها بمحبة الله والتواصل معه
من خلال الدعاء القلبي الصادق
والطلب منه كي يشدد عزائمنا
ويساعدنا على تصويب بوصلة حياتنا
وسيُجاب الدعاء بومضات مشجعة
وستنجلي الغيوم ويبدو الأفق صافياً من جديد.
التعامل مع ضغوط الحياة
إن إحدى فوائد البحث المعمق عن الله
هي القدرة على الإسترخاء
حيث يقل التوتر ويخف التوجس وتنحسر الهموم.
عندما نفقد القدرة على التمتع بالحياة
والمشاركة في نشاطات ترفيهية سليمة
نكون جادين وعصبيين أكثر مما ينبغي.
النفس في جوهرها النقي لا تشعر بالتوتر والعصبية
بل "الأنا – الإيغو Ego" هي التي تختبر تلك الحالات.
يجب أن لا نأخذ الأمور على محمل من الجدية المفرطة
كي تخف حدة "الأنا" وترتخي قبضتها الماسكة.
غالباً ما يتحدث الناس عن الضغوط التي يشعرون بها
والإجهاد النفسي الذي يختبرونه تحت وطأة المتطلبات الكثيرة.
ولكن يجب أن لا نسمح لأنفسنا بأن تصبح فريسة
لأي نوع من الصعوبات
ولنتذكر دوماً أن الله منحنا من القوة
ما يكفي للتعامل مع كل التحديات التي نواجهها.
من المستحيل أن تشعر النفس بالإرهاق والإعياء.
الجسم قد يشعر بالتعب
ولكن عندما نعزو لأنفسنا الوهن الجسدي

نبقى مقيدين ضمن نطاق الذات الصغيرة.
عندما تواجهنا العقبات
يجب أن نلتمس العون الإلهي
مؤكدين لأنفسنا بأننا قادرون – بعونه تعالى - على اجتيازها
وبأنها تأتي كمحفز لإيقاظ قوانا الهاجعة والكفيلة - عند استيقاظها -
بالتعامل مع الصعوبات والمشكلات على اختلافها.
وبأن طبيعتنا الحقة هي الروح
التي جوهرها السلام والصفاء والطمأنينة والهدوء
وأن هذه العناصر المباركة هي في داخلنا
وهي جزء لا يتجزأ من كياننا الروحي.
الإنسان روح، وروحه لا تـُقهر
لأنها ذات طبيعة لا مادية.
عندما نمتلك هذا الإدراك
ونحس بتلك القوى ناشطة في كياننا
نشعر بأننا نخطو إلى الأمام ونحرز تقدماً
فتتعاظم ثقتنا بالله وبأنفسنا
ويخف زخم المصاعب
بحيث يمكننا التعامل معها
تعاملاً بنّاءً بثقة وراحة واتزان.
مع ظهور كل تجربة في سماء حياتنا
إبّان رحلتنا الأرضية هذه
يجب أن نعرف كيف نوسع مدارك وعينا
وكيف نكون أكثر تفهماً للظروف التي تحيط بنا أو نمر بها
وسنتمكن عندئذ من العيش بتوافق أفضل
والتعامل بكيفية أكثر سلاسة وسلامة مع الناس والحياة.
عندما نلقي نظرة معمقة على حضارات العالم
ونستكشف الأسرار الخبيئة في المدنيات القديمة
تبرز لنا صورة كبيرة ، متشابكة الخطوط،
متنوعة الفصول، دقيقة التفاصيل
ونجد أن الإنسان ذو طبيعة فردية واجتماعية في نفس الوقت.

كل إنسان يمتلك الرغبة في حياة فردية وحياة اجتماعية.
فهو يمتلك ميولاً فردية ورغبة في الإنتماء إلى مجموعات وعشائر.
وحتى في الحقب الموغلة في القدم
هناك أدلة على أن الإنسان البدائي
امتلك فكرة التضامن داخل مجموعات.
في الحياة العادية، نجد أن الإختلاط الزائد بالآخرين
لا يمنح سعادة كبيرة
ولا الانعزالية المفرطة تمنح السعادة أيضاً.
إن الله يريدنا أن نراعي الإعتدال
وأن نخلق توازناً بين حياتنا الفردية وحياتنا الإجتماعية.
المبادئ الفردية والجماعية في الإنسان تأتي من مصدر أعلى
فالله الفرد الصمد
ما وراء النجوم والأكوان وأفكار البشر
وما وراء الأحاسيس والأحلام
ويفوق كل المدركات الحسية
هو واحد أحد، كائن بذاته
كامل في جوهره وصفاته
حيث لا شمس تسطع
ولا قمر يطلع
ولا نار تشع
بل نوره الإلهي الذي لا نظير له.
هناك خلف العتمة غير المظلمة
والسكون الذي لا صوت له
واللاشيء غير المخلوق
يوجد الجوهر السرمدي
الذي هو أصل الوجود
ومصدر كل القوى والكائنات
المنظور منها وغير المنظور.
لقد خلق الله هذا الكون كي
يعمل وفق قانون ثابت لا يتغير.

إن انتهكنا أياً من النواميس الكونية نعاقب أنفسنا.
فمن يقفز من سطح بناية عالية ستتحطم عظامه
لذلك لا يمكننا تجاهل قانون الجاذبية
دون معاناة التبعات المترتبة على ذلك.
في هذا العالم
يستطيع الإنسان التصرف بحرية
إنما فقط ضمن نطاق محدود
وإن خالف القوانين الإلهية
سيعاقب أو يدمر نفسه.
لقد وضع الله تلك القوانين المتعذر تغيرها
وأرادها أن تعمل لصالحنا
لأنه بدونها لا يمكننا تلمس سبيلنا في هذه الحياة.
كما منحنا الله حرية الإختيار ووضع فينا الضمير
للتمييز بين الخير والشر والنافع والضار.
عندما ينتهج الناس دروب الشر
ويخالفون قوانين الله الكونية
فإنهم يحركون قوىً كونية
تنتج تبعات لا يمكن تجنبها
جرّاء انتهاك تلك القوانين
وبذلك يعاقبون أنفسهم بأنفسهم
{إِنَّ اللَّهَ لَا يَظْلِمُ النَّاسَ شَيْئًا وَلَٰكِنَّ النَّاسَ أَنْفُسَهُمْ يَظْلِمُونَ}
أما الذين يراعون قوانينه
ويمتثلون لإيحاءاته
فيعيشون بطمأنينة
وتنفتح بهم عين البصيرة
فيسيرون بخطوات واثقة مستيقنة
ويشعرون بأنهم سائرون بأمان
على دروب الحياة.
الفكر هو قوة هائلة في حياتك
فيما لو عرفت كيف تنمّي تلك القوة
وتستخدمها على النحو الصحيح.

لا تسمح للضعف بالتسرب إلى الفكر
والزم الحذر عند مخالطة ذوي الأفكار السلبية
والنظرة السوداوية لئلا تتسرب أفكارهم الضعيفة إلى عقلك
ما لم يكن عقلك قد بلغ من القوة درجة
بحيث لا يمكن لأفكار الغير أن تضعفه
بل على العكس من ذلك
يقدر على تقوية أفكار الآخرين
وتعزيز ثقتهم بأنفسهم.
على الفاشلين أن يصاحبوا الناجحين
وعلى الضعفاء مخالطة من هم أقوى منهم.
أما الذين يعوزهم ضبط النفس
فيجب أن يرافقوا ذوي التهذيب النفسي والإنضباط الذاتي
وعلى الشره المبطان أن يتناول الطعام
مع شخص يحسن التحكم بشهيته
عندئذ سيتمكن من القول:
"باستطاعتي أنا أيضاً التحكم بشهيتي."
عندما تتخذ قراراً وتعِد نفسك بالإلتزام به
فلا تدع عزيمتك تتزعزع فيما لو حدث شيء مناقض لقرارك.
واصل الثقة بنفسك والاعتقاد بأنك تمتلك كل القوى التي تحتاجها
لتحقيق ما تصبو إليه مهما بدا ذلك مستبعداً.
إن قلت ظاهرياً "أنا لها"
وقلت في داخلك "لا أستطيع"
فإنك بذلك تخفف قوة الفكر
وتـُضعف قوة الإرادة
وستحتاج لإرادة أقوى من إرادتك
كي تنشطها وتلهمها العزيمة والتصميم.
ونصيحتي هي:
قم بتنمية قوة الإرادة
وفكر تفكيراً إيجابياً

وستجد أن قواك الجسدية والعقلية والروحية
تعمل معاً لتصميم وصياغة كل جوانب حياتك
بالكيفية التي تريدها.
النملة تشعر بجسدها
وتبصر عيناها الدقيقتان مجالاً محدوداً من حولها.
الإنسان يعرف جسده وبيئته وعائلته
وبعض الأمور الأخرى المألوفة لديه.
أما الإنسان الكوني
فيدرك أن جسده هو جزء من الأسرة البشرية
وفكره يحتوي الكون بأبعاده المادية والعقلية
ويدرك أن الوجود بأسره يكمن في عقله.
فإذا ما استطاع الإنسان تحويل وعيه إلى النشوة الروحية
سيتلاشى الكون من عقله
لأن أفكار الشخص هي التي تعطي الكون مظهر الحقيقة
ولولا الفكر لما كان للكون من حقيقة.
لقد تعود الإنسان إما أن يبقى متيقظاً ومنهمكاً بمشكلات
الحياة
أو أن يستسلم للنوم وينسى العالم.
لكن الإنسان لديه إمكانيات هائلة لم يفعّلها بعد
وإن تعلم بالنشوة الروحية
كيف يتخلص من وعي الجسد ووعي النوم اللاإرادي
سيستيقظ في الوعي الأسمى المغبوط.
عندما يتمكن الشخص من البقاء يقظاناً
أو من النوم الفوري بالإرادة
سيتمكن من بلوغ حالة رفيعة من الوعي
لا حد لمتعتها
وسيتذوق غبطة النوم الإرادي الواعي
في أي زمان ومكان.
قالت فراشة الخلود
إن نفسي الكبرى
تحيا في كل القلوب
وفي كل البلدان

وإرادتي القوية
تنبض في كل الأركان
وتستنهض النائمين
بإيحاءات أثيرية لا متناهية.
أما نفسي الصغرى
حبيسة الجسد الموقوت
فما زالت فراشة في شرنقتها الأرضية
لصيقة التراب
موصدة الأبواب
مقيدة بألف حبلٍ من حديد.
أيا نفسي الأسيرة
يا من تستحمين بنور الشمس
وتستنشقين إكسير الحياة
وتشربين صافي الماء
أتحلمين بامتلاك كل خيرات الوجود
وحجمكِ ضئيل
وقلبكِ هزيل!؟
هيا استفيقي من سُبات
توسّعي ..
تمددي ..
تجددي..
توحدي مع ذاتك العليا
وسوف تصبحين
فراشة خلود
عصية على التقييد والقيود.
Self-Realization
ترجمة بتصرف: محمود عباس مسعود
الجلاء السمعي والبصري
ليست العين هي التي ترى
بل العقل والطاقة هما اللذان يصوران الأشياء.
بمقدور الشخص أن ينمّي أذناً صاغية وعيناً مبصرة.
في الحقيقة العالم يختلف اختلافاً تاماً عما يراه الإنسان.

فالأصوات التي يسمعها هي تلك التي تقع ضمن مجال
الإهتزازت التي يقدر على التقاطها.
الجلاء السمعي يدعى أيضاً السمع الحدسي
أو السمع عن طريق البصيرة
لأن الأذن العادية غير قادرة على التقاط
الأصوات غير المسموعة.
إن قوى الإبصار والسمع موجودة في النفس
وبالإمكان إيقاظ القوى الكامنة في كل الحواس
عن طريق تدريب العقل وتنمية قواه الإدراكية.
القوة الموجودة في عيوننا تشبه الأشعة السينية
ومع ذلك لا يمكننا رؤية الأشياء التي تخترقها الأشعة السينية
لأننا لم ننمِ بعد التناغم مع تلك المرتبة من الإهتزازات.
مشاعرنا الحسية الفائقة معطلة بسبب محدودية القوى العقلية.
الجلاء البصري يحدث عندما تتناغم قوة الحياة مع بعض
الإهتزازات الشفافة. وكما تخترق الأشعة السينية الجدران
فإن للعين البشرية نفس القدرة، وذلك النوع من الرؤى
يدعى "الجلاء البصري".
بالإمكان اختبار قوة الجلاء البصري
عند مضاعفة قوى الإبصار للعين
أو رفع مستوى اهتزازات قوة الحياة التي تتخلل كل شيء.
الجلاء البصري الفعلي لا يضر بالتقدم الروحي
بل على العكس، يساعد على نقل أو تحويل الوعي
من المستوى المادي إلى مستوى الروح.
لكن الصور المنبثقة عن العقل الباطن
تصدر عن الوهم والخيال، ويجب إبعادها.
يجب أن يتخطى المريد اختبارات الأحلام وصولاً إلى حالة اليقظة الروحية
حيث يشعر بكامل وعيه أنه على تناغم وثيق مع مستوى رفيع من

الوجود ويشعر بفيض من الغبطة المنعشة يتخلل عقله وروحه وجسده.
المادة بأسرها هي نشاط مكثّف في رتبة اهتزازية مختلفة.
ملكوت الله في داخل الإنسان
ولكن يجب عليه إظهاره من خلال العمل البنّاء والتأمل الصحيح.
يجب أن لا نسمح لشيء أن يعيق تقدمنا
ويجب إظهار النفس بتطهير الفكر وتحسين الأخلاق والتأمل العميق.
الله يصغي على الدوام لنداءات الروح
ولكن استجابته لطيفة شفافة بحيث يصعب تبيّنها أحياناَ.
من يواصل البحث
ويحافظ على حماسه الروحي
سيعثر على الله
وسيكون نصيبه وافراً
وحظه عظيما في الدنيا والآخرة.

تفضلوا بزيارة موقع سويدا يوغا وصفحة المعلم برمهنسا يوغانندا على فيس بوك
/http://www.swaidayoga.com
https://www.facebook.com/masteryogananda?ref=hl
سائح في أرضك
أنتَ ينبوع المباهج والمسرات.
أنت جوهر الحب وجواهر الحكمة المتناثرة في حقول الأبدية.
أنت الحرية والتحرر من كل الأوهام.
أنتَ الوحدة المطلقة التي لا يعروها انفصام.
أنت الوعي الكوني الكلي..
أنت البداية والنهاية
والغاية التي ما بعدها غاية.
إنني سائح في أرضك وسائر على دروبك.
خذ بيدي ووجه خطاي إلى أقرب السبل المفضية إليك.

علني أبتهج بك إذ أتعرف عليك.
بساتينك المباركة ذات الأثمار الشهية تناديني
لأرتادها وأستمتع بدانيات قطوفها.
ألا ما أعذب ثمار المعرفة وما ألذ رحيقها العرفاني!
فليتني أشتهي دوماً فاكهة الروح المغذية المنعشة
وأشرب من مياه السلام التي تفيض بها أنهار الحب المقدس.
امنحني نقاء القلب وصفاء الروح
واغسل كياني بمياهك المشعشعة من كل الشوائب والأدران
علني أتحسس حضورك وأبصر وجهك الجميل
الذي طالما تصورت حسنه البديع وحنـّت روحي شوقاً لرؤياه.
واملأ كياني بالشكر والامتنان ليدك الكريمة وأفضالك العميمة.
وليخفق قلبي بحبك ما دام في الوجود نجم يومض وقلب ينبض.
بارك أفكاري كي تتجه تلقائياً إليك علها تتبارك بجمال رؤيتك ورؤية جمالك.
وهبْ لي القدرة على التقاط ألحانك المتماوجة في رحب الأثير
علني أنتشي بأنغامها العلوية التي تشتاق الملائكة سماعَها.
ألا ليتني أحس بروحك المبارك في كل ذرة من ذرات كياني.
وأغذي مداركي بزادك الرباني الذي هو خبز الوجود
وفيه أكسير الحياة وسلسبيل الخلود.
يا لتني أستنشق أنسام حضورك السعيد
في واحات الوجد والهيام
وأبصر نيّرات حبك متألقة
في سماء روحي المتشوقة إليك.
عندما يهدأ النـَفَس* ترتاح النفْس
ويرتفع مستوى الوعي

وهذا يمكن تحقيقه بالتأمل
ومحاولة الإحتفاظ بالتأثيرات المهدئة
لأمواج الفكر والشعور بالسلام الداخلي.
التأمل على الله والتفاؤل بالخير
كفيلان بإبقاء النفس مليئة بقوة الروح الإلهي.
الكلمات الخالية من القوة الروحية
هي كالتبن دون حبوب
لذلك عندما نقرأ يجب أن نتأمل روح المعاني
وأن نركز على ما توحي به
وصولاً إلى مصدر الأفكار خلف المعاني.
الله هو المصدر النقي لكل شيء رائع ونافع
إنه رب السلام الذي يتربع على عرش الأفكار الهادئة
يوجّه أعمال الإنسان النظيف الشريف
ويحقق آماله المشروعة.
فلنفتح باب السكينة الروحية
ولندع ملائكة السكون تدخل بلطف
إلى هيكل أعمالنا وأنشطتنا
ولننجز واجباتنا برصانة
مفعمين بروح السلام وسلام الروح
وسنحس خلف نبضات قلوبنا بنبض السلام الإلهي.
ولنتعمق في التفكير بالتجارب والإختبارات
سواء بأفكار نقرؤها في كتب مفيدة
أو مشاكل يتعين علينا التعامل معها
أو فلسفات وآراء ومعتقدات
أو سعادة روحية.
ولندخل محراب أفكارنا العميقة
ونتمتع بالسلام المتدفق
من ينابيع السكون.

* ملاحظة: هناك أمثلة عديدة يمكن إعطاؤها عن الصلة الوثيقة بين سرعة تنفس الإنسان والتغيرات في حالات وعيه. فالشخص الذي يستغرق في تتبع حوار عقلي معقد أو يحاول القيام بمجهود جسدي دقيق وشاق يتنفس تلقائيا ببطء شديد.

وتركيز الانتباه يتوقف على التنفس البطيء، في حين يصاحب التنفس السريع أو غير المنتظم حالات عاطفية مؤذية كالخوف والشهوة الجنسية الجامحة والغضب. القرد يتنفس بمعدل 32 مرة في الدقيقة الواحدة مقابل 18 مرة فقط للإنسان. أما الفيل والسلحفاة والحية وغيرها من الحيوانات المعروفة بطول العمر فإن سرعة تنفسها تقل كثيرا عن الإنسان. فالسلحفاة العملاقة مثلا التي تعيش لثلاثمائة عام تتنفس بمعدل 4 مرات فقط في الدقيقة.

من كتاب: فلسفة الهند في سيرة يوغي
بقلم برمهنسا يوغاننداAutobiography of a Yogi
بما أنه من المتعذر تحقيق أي إنجاز مادي
أو إحراز أي تقدم في أي مجال
دون حرية روحية
أو هداية وحكمة من الله
فلنرفع أولاً وأخيراً وعلى الدوام
آيات الشكر والعرفان لله
كي نتمكن من إتقان عملنا
وإتمامه على قدر استطاعتنا
وكي نشعر بفرح الإنجاز
وبفيض متجدد من الطاقة والهمة
مع كل إحساس بالشكر والامتنان
لمنبع كل الخيرات
على بركاته التي لا تعد ولا تحصى
التي يغمرنا بها كل يوم من أيام حياتنا.
كثيراً ما نعتبر تلك البركات بأنها حق لنا
مع أن الملايين في هذا العالم محرومون منها.
كلما شكرنا الله على أفضاله
كلما زادنا خيراً ونعمة
{لَئِن شَكَرْتُمْ لأَزِيدَنَّكُمْ}
{خُبْزَنَا كَفَافَنَا أَعْطِنَا الْيَوْمَ}
ولنتذكر أن الذي يأخذ كل شيء في الحياة
على أنه أمر واقع هو الشخص الذي يخطئ الهدف.

الشكر النابع من القلب يمنح الرضاء الداخلي
ويجلب للنفس فرحاً وطمأنينة
فنشعر بقرب الله منا
واهتمامه بنا وعطفه علينا.
إن عشنا على هذا النحو
وانتهجنا هذا السبيل
سنصل إلى حالة سامية
من التفكير الإيجابي المشرق
والإحساس بقربنا من الله
وتلك حالة رائعة
فيها سلام ومسرّة وانتعاش.
عندما تشعر النفس بذلك التواصل الروحي
تنساب إليها تيارات من الغبطة
نابعة من الحضور الإلهي
فيصبح الله الحقيقة الأبرز في كياننا
ونصبح أكثر قدرة على التعامل مع الظروف والمستجدات.
في تلك الحالة تصبح المحبة حقيقة
والكراهية محض أوهام
لأن الله محبة
وما من وجود جوهري
إلا له وحده في هذا الوجود.
أحلام وأوهام
تحت لحاف الآمال الأرضية رقدتُ طويلا
وحلمت بأنني متربـّع على عرشٍ فخم فاخر
وقد زيـّنت محياي باقة من الابتسامات
لكن وريقات الضحك والفرح لم تدم طويلا
بل ذبلت وتناثرت الواحدة بعد الأخرى.
ثم رأيت نفسي متلفعاً بأسمال بالية
ومدداً على صخور الفاقة القاسية.
وفي قبضة الشدة والشقاء العاتية
بكيت بكاءً مرّاً
غير أن دموعي انهمرت

ولا من ينظر أو يواسي..
إذ سار العالم أمامي ورمقني بصمت ساخر.
لقد ناح قلبي ملتمساً عونك يا إلهي!
وإذ بلغتْ أعماقـَك تضرعاتي المتواصلة
فقد أيقـظتني أخيرا.
وبسرور غامر وجدت نفسي آمنا مطمئنا في حضرتك
بعيدا عن قبضة الثنائيات المحيّرة المربكة.
ليتك يا رب توقظ كل البشر
من دنيا أحلام الثراء الباسم والفقر الباكي!
خلـّصهم يا صانع الأحلام من كوابيس الموت المريعة
وجدد بهم وعي الخلود
وباركهم لعلهم يدركوا – بالهدوء الدائم –
أن أهوال الخداع الأرضي
ليست سوى أحلام وأوهام!
إلهامات عليا
أيها المبدع الإلهي
يا سيد الكون
ويا مدبّر ومسيّر الكواكب والنجوم والمجرّات.

إن حكمك العادل يقضي بمنح الإرادة الحرة وحرية الإختيار لعيالك المواطنين، بما يساعدهم على التطور الذاتي والتقرّب من مبادئك ومثـُلك المقدسة.

لقد وهبتنا الحرية الأبدية وغرست بنا بذور الوعي الكوني. لكننا وللأسف قيّدنا وعينا الشمولي خلف قضبان الأنانية والكراهية وضيق الأفق والتعصب الأعمى.

ساعدنا يا رب كي نذيب - بمحبتنا الدافئة وفهمنا الأخوي – كل الحواجز والموانع الجليدية المصطنعة بيننا وبين الآخرين.

ساعدنا كي نستعمل يقظة الضمير والتمييز الحصيف في ضبط النفس والسير باستقامة على دروب الحياة.

وباركنا كي نضاعف ثراءنا الروحي وتعاطفنا الوجداني بتوسيع دائرة محبتنا الوطنية لتشمل كافة سكان الأرض، بصرف النظر عن اللون والطبقة والجنس والمعتقد.

يا سيد الكون، دعنا نحترم ونراعي استقلالية كل البشر المولودين أحرارا.

وباركنا كي نبني عالماً متحداً وننتخبك رئيسا روحيا علينا مدى الحياة.

من أعماق الروح
يا رب، لتتوهج جمرات أشواقي
بحضورك القدسي على الدوام.
لقد بنيتُ هيكلاً لأشواقي
في كل فكرة من أفكاري
فهلاّ افتقدتني بزيارة
وجلست على عرش حبي لك؟!
ألا فلتتبع أفكاري إرشاداتك الحكيمة
ولتكن الفرح الأعظم في حياتي.
من بوابة التفكير بالله والتأمل عليه
سأدخل إلى معبد السلام المستدام.
اليوم سأشعل حزمة أعواد الهموم والمخاوف
لأضيء معبد الله في روحي.
سأبحث عن الله في خلوة نفسي
وسأبتهل بحرارة إلى أن ينبض قلبي بحبه
وأشعر باستجابته لصلواتي.
ألا ليت شرارة حياتي تمتزج بشمس الله
وتومض في كل العيون المُحبة للخير.
سأرش العالم الممزق بالحروب
بأفكار سلامي ومحبتي.
سأدخل الصرح الرباني
وألامس الوعي الكوني
من خلال غبطة التأمل والحب الإلهي.
الحماية الإلهية تغمرني دائماً وأبداً
ونور الله يلازمني ويبدد الظلام من حولي..
وما دمت أمشي بنوره الهادي فلن أعثر
ولن أبتعد عن الطريق القويم.
وجدانيات حية

يا روح الوجود وسيد الأكوان
إنك خلف بصري الذي به أرى جمالك البادي.
وخلف مسمعي الذي به أصغي لخليط الأصوات الأرضية.
إنك خلف ملمسي الذي به أتحسس الأشياء في عالمك الأرضي.
وما وراء حجاب الطبيعة الذي يواري وجهك البهي.
أراك في نظرات الزهور المواسية
وأتذوقك في نكهة الطعام المغذي
وأستشعر جوهرك الإلهي وعذوبتك الأبدية
في كل ما في الوجود من خيرات وروائع.
أبتهل لك يا رب وأنت خلف صوتي المتهدج
وخلف عقلي الذي به أبتهل.
إنك ما وراء أبلغ مشاعري..
ما وراء أفكاري وطموحاتي القدسية وحنيني إليك.
إنك ما وراء تأملاتي.. وما وراء حبي الرقيق!
ألا ليتك تبزغ من خلف ستائر المشاعر البشرية
والمرائي الطبيعية الخلابة.
افتح عيني الروحية كي أراك تماما كما أنت!
الحياة بدون الله ناقصة
عندما نتصل بالله سيلهمنا الإدراك الحدسي ويوجّهنا في كل ما نفعله.

يجب أن نمتلك تلك القوة المباركة بصورة واعية. تلك القوة موجودة في داخلنا ولن نحتاج سوى للكشف عنها.

ستجدون أن تلك القوة تعمل في كل شيء لتحسين أحوالكم وتسهيل أموركم. وعندما تلامسون تلك القوة ستنبض عافيتكم بالطاقة الكونية وستصبح أفكاركم أكثر رهافة وتركيزاً وحدّة ونفاذاً.. وستدركون أن نفوسكم هي وعاء لحقيقة الله الحية وحكمته التي لا تعرف النضوب أو النفاد.

الله هو ينبوع الصحة والرخاء والحكمة والفرح الأبدي. وعندما نتواصل معه تصبح حياتنا كاملة متكاملة.

الحياة بدون الله ناقصة يجب أن نفكر بتلك القوة العظمى التي تمنحنا الحياة والهمة والحكمة.

ويجب أن نبتهل كي ينساب ذلك الحق إلى عقولنا وتنساب تلك القوة إلى أجسامنا وينساب ذلك الفرح غير المنقطع إلى أرواحنا.

خلف ظلمة العيون المغمضة توجد قوى الكون العجيبة وكل النفوس الطيبة والأرواح الراقية

والإمتداد اللامتناهي لأفلاك الروح.

إن تأملتم ستدركون الحق المطلق وسترون عمله العجيب في حياتكم وفي كل ما هو رائع ومجيد في الخليقة.

على دروب الأشواق
إن الله يناديني
من خلال النفوس المتفتحة
والقلوب الطيبة.. النابضة بالمحبة
والعامرة بالإيمان.
كل عمل طيب يقوم به المريد
يقرّب وعيه خطوة
من مشارف الوعي الكوني.
دعني أتوجه إلى الداخل يا رب
لأبصر جمالك الإلهي
وأنعم برؤية أنوارك السنية.
إن كانت حياتي موجّهة بحكمتك الربانية
فلا بد أن تتكلل مساعيَ بالنجاح
ولن أضل السبيل.
باركني يا رب كي تصفو بصيرتي
وتتنقى روحي
فأبصر شمس اليقين
وأتلذذ بمعرفة الحق.
اليوم سأنسى مصاعبي السابقة
وسأواجه الحاضر والمستقبل
بجرأة وثقة بعون العلي القدير.
سأشحن جسمي بالطاقة الكونية
وأغسل كياني بنور الوعي الإلهي الشافي.
كالسديم الكوني

يغمر السلام وعيي
وأحس بحضور الله اللامتناهي.
نوّر يا رب بصيرتي
واملأ وعاء عقلي
بالفهم والمعرفة
وليسطع شعاع محبتك
على دروب حياتي.
في أرخبيل الجـُزر الزرقاء

من شرفتي رنوت ببصري نحو الغرب، فانطلقتُ على أجنحة الخيال ووقفت على شواطئ الأفق البعيد. وقد أبصرت عن يميني وشمالي سلسلتين من الجبال ما لبثتا أن تحولتا إلى لون بنفسجي غامض.

وعندما أعدت النظر إليهما كانت يد خفية قد غلفتهما بغلالة من اللون الأزرق الغامق. وكانت تقبع خلفي مدينة غوادالاهارا المغمورة بشفق الغروب. أما السماء الشرقية فقد باتت موشحة بألوان وردية خفيفة. وإذ تطلعت إلى الأمام أبصرتْ عيناي مدينة سحرية من الجـُزر الزرقاء السابحة في بحيرة من ذهب.

وفي أرخبيل الجـُزر الزرقاء السحرية هذا برزت تلة ضخمة من الكلس الأزرق كانت تحيط بها سحب بركانية بلون أبيض رمادي وهي تقذف فوارات من حمم بلون الذهب الأحمر الوهاج، تتساقط مائلة كقوس قزح نحو البحيرة الساكنة. أما اللهب الذهبي الكثيف فقد أحاط الجزر الزرقاء بهالات ضوئية مشتعلة.

القمة الزرقاء وتاجها اللهبي انعكسا كتوأمين على صفحة تلك البحيرة الذهبية الصامتة. وإلى أقصى اليمين كانت بحيرة هادئة صغيرة مشعشعة وقد توسدت صدر إحدى الجـُزر الزرقاء كالبدر السابح وسط أمواج الغيوم.

لقد تجولتُ طويلا في مدينة الغروب والغيوم السرابية، عائماً على سطح البحيرة ذات الضوء الذهبي الرقيق. ويا لروعة تلك المياه الذهبية المرصعة بعناقيد الجليد الحمراء المنتشرة في كل اتجاه حتى حافة الأبدية.

خِلتُ أن كائنات من نور كانت أرواحاً طيبة على هذه الأرض، وبعد اجتيازها بنجاح كل امتحانات الحياة سُمح لها كي تمرح وتجسد أحلامها حسبما شاءت.

كل يوم عند ساعة الغروب كانت تلك الكائنات تكثف أحلامها السماوية في مدن أثيرية تحيط بها بحور وبحيرات من ذهب.

هناك.. وخلف قبضة الأحزان وما وراء مصائد هذا العالم الأرضي بما فيه من مآس وآلام..

هناك.. ما وراء المنغصات كانت تلك الكائنات تتنفس أضواءً حمراء وتشرب أشعة برتقالية وتنأى وتدنو وتسرح وتسبح في خضم أنوار متعددة الألوان.

هنا كانت تلك الكائنات تحقق أحلامها وتجسد خيالاتها على الفور كما تشاء ، ثم تذيبها وتلاشيها بإرادتها.

هنا كانت تنعم تلك بكنوز القناعة والرضى وتجود بتحقيق أحلام كل من يزورها في عالمها السحري العجيب.

هنا لم يحتم عليها الإنتظار والتمني كالبشر كي تتحقق أحلامها وتدرك أمانيها، بل حلمت كما شاءت وحققت كل تلك الأحلام والأماني بمحض إرادتها.

مدينة الغروب تلك في جزر الأحلام كانت حلماً من أحلامي المتناومة في طيات اللاشعور وقد تحقق اليوم أيما تحقيق!

حقاً لقد أبصرتُ كنوز روحي الدفينة وذخائرها المخبأة فغمرني نورها وبهرني سطوعها!

برمهنسيات: طيوف الوجد الإلهي
التواضع يا رب، هو أضمن طريقة
للحصول على أمطار رحمتك الإلهية.
سأضع ثقتي في عدلك الإلهي وفي مبادئ الحق
مدركاً أنك تستجيب لنداء الحب وأشواق القلب.
بالتعاون الوثيق مع إرادتك الكلية
وبإيماني المطلق بك
سأحصل على عونك وأحس بقربي منك.
اليوم سأؤدي واجبي نحوك
مثلما أفي بالتزاماتي نحو العالم.

أيها المحبوب الأعظم
أنتَ الصدى الأثيري المتردد في محاريب القلوب
وأنت صوت المشاعر الذي لا تلتقطه الآذان.
الحظوة بحبك لأعظم بما لا يقاس
من كل الإعتبارات الدنيوية
وكل الأمجاد الأرضية.
بإيماني المطلق بك
أرى ظلال المرض تتوارى وتذهب دون رجعة.
سأراك يا رب من نوافذ الطبيعة وأبواب السلام.
أفِض علينا ببركاتك
واغمرنا بأمواج طاقتك الكونية
وابعد عنا الأنانية
التي تحول دون تقارب النفوس
والتقائها على حب الخير والنور.
دعني أسقي رياحين ابتهالاتي
بمياه التفكير بك والتأمل عليك يا إلهي
كي تنبت زهوراً جديدة ناضرة
من الإلهام والسلام والسعادة.

الطريقة الوحيدة لتلافي الأفعال الخاطئة هي بتنمية الحكمة السديدة لتمييز الخطأ والتصميم على عدم فعله.

إن خطأ يحارب خطأ آخر لا ينتج صوابا. الجهل هو عدو الإنسان الفعلي وينبغي إبعاده عن هذا العالم. لدينا كل ما نحتاجه في هذا العالم كي نأتي بعصر الرخاء والسعادة والعدالة المثالية.

العقبة الوحيدة هي أنانية الإنسان التي تجعل ذلك مستحيلا. إن آلاماً فظيعة لا مبرر لها تسببها أثرة الإنسان وحبه لمنافعه الذاتية دون أي اعتبار للآخرين.

فالمال الذي يمكن استخدامه في إطعام المحتاجين وكسوتهم يُستخدم بدلا من ذلك في التدمير والهلاك. إن علة وأصل المشاكل العالمية هي هذه الأنانية وليدة الجهل.

كل واحد يفكر أنه يفعل الصواب، ولكنه عندما يسعى لتحقيق مآربه الشخصية فقط فإنه يحرّك ويدفع عجلة القانون

الكارمي للسبب والنتيجة الذي سيقضي حتما على سعادته وسعادة الآخرين.

كلما شاهدتُ المزيد من مآسي العالم الناجمة عن جهل الإنسان، كلما أدركتُ أن السعادة لن تكون دائمة حتى ولو صُبّت الشوارع ذهبا.

السعادة تكمن في إسعاد الآخري، ولو فعل كل واحد ذلك لأصبح الجميع سعداء

ولحصل كل واحد على نصيبه من خيرات الأرض.

بما أننا أتينا إلى هذا العالم من حيث لا ندري، فمن الطبيعي لنا أن نتساءل عن أصل وغاية الحياة.

إننا نسمع عن خالق لهذا العالم ونقرأ عنه ولكننا لا نعرف طريقة للتوصل إليه. كل ما نعرفه هو أن الكون بأسره يعلن عن وجود عقله الإلهي.

وكما أن القطع والأجهزة الصغيرة والدقيقة لساعة صغيرة تجعلنا نعجب بالساعاتي؛ ومثلما تثير آلات المصنع الكبيرة والمعقدة دهشتنا وإعجابنا بمخترعها، هكذا عندما نرى عجائب الطبيعة ندهش من الذكاء المحتجب خلفها، ونتساءل: "من أعطى الزهرة شكلا نابضا بالحياة ومتجها نحو الشمس؟ من أين أتى عبيرها وجمالها؟ وكيف تكونت بتلاتها بتلك الدقة المتناهية وخضبت بالألوان الرائعة البهيجة؟"

في الليل تحفزنا النجوم والقمر الناشر ضياءً فضيا من حولنا كي نتأمل على الوعي الذي يسيّر هذه الأجرام السماوية في الفضاء السحيق. ضياء القمر الناعم لا يكفي للنشاط اليومي، وهكذا فإن عقلا حكيماً حليماً يوحي لنا بالراحة في الليل. ثم تشرق الشمس فيجعلنا نورها الساطع نرى العالم من حولنا بوضوح وصفاء، ونأخذ على عاتقنا تحقيق ما يعرض لنا من احتياجات.

هناك طريقتان لتحقيق احتياجاتنا: الطريقة المادية والطريقة الروحية. عندما تسوء صحتنا، على سبيل المثال، يمكننا الذهاب إلى الطبيب قصد العلاج. ولكن يأتي وقت لا يمكن لطبيب أو غيره تقديم المساعدة فنتحول إلى الطريقة الثانية؛ إلى القوة الروحية التي صنعت جسمنا وعقلنا وروحنا.

القوة المادية محدودة، وعندما نفشل نتوجه إلى القوة الإلهية غير المحدودة. وهذا ينطبق أيضا على حاجياتنا المالية. فعندما نبذل ما بوسعنا دون الحصول على ما يكفي، نتوجه إلى تلك القوة.

كل واحد يظن أن مشاكله هي الأسوأ. بعض الناس يشعرون بالضغوط أكثر من سواهم لأن مقاومتهم ضعيفة. ونظرا للفوارق في قوى البشر النفسية فإنهم يبذلون مقادير مختلفة من الطاقة. إذا واجهت الشخص صعوبة كبيرة جدا، وكان عقله ضعيفا، فلن يتمكن من التغلب على المشكلة. ذوو العقول الجبارة يستطيعون التغلب على صعوباتهم بهدم حواجزها وزعزعة أسسها. ومع ذلك فقد واجه أقوى البشر الفشل أحيانا. عندما تواجهنا متاعب ومصاعب مادية وفكرية وروحية قاهرة ندرك كم هي محدودة قوى الحياة في هذا العالم المادي.

يجب ألا تكون جهودنا مكرسة لتحصيل الصحة الجيدة والضمان المادي وحسب، بل للبحث عن معنى الحياة أيضا.

ما هي غاية الحياة؟ عندما ترضـّنا الصعوبات رضّاً نلجأ إلى محيطنا أولا، محاولين القيام بكل التعديلات المادية التي نظن أن العون يكمن فيها. ولكن عندما نصل إلى طريق مسدود ونقول: "إن كل محاولاتي باءت بالفشل، فماذا يمكنني أن أفعل أكثر من ذلك؟" نبدأ بالتفكير الجاد حول إيجاد حل ناجع لمشكلتنا. وعندما نبلغ بتفكيرنا عمقاً كافياً نحصل على الجواب من داخلنا. وهذا شكل من أشكال الصلاة المستجابة.

في هدأة روحي
دعني ألتقيك يا رب!
تملَّكني، ودعني أشعر بحضورك الأبدي
في داخلي ومن حولي.
في خلوة أفكاري أحنُّ لسماع صوتك
أبعد عني الأصوات الأرضية الكثيفة
المتوارية في ذاكرتي.
أود الإصغاء لصوتك الهادئ الهادي
والشادي على الدوام في سكينة نفسي.
إلهي، حيثك كلي الوجود

فلا بد وأنْ تكون موجوداً
في أعماق كياني ووجداني.
ساعدني كي أظهر ولو جزءاً يسيراً
من الكنوز المخبوءة في منجم روحي!
أيها النور الوهَّاج
يقظ قلبي
صحِّ نفسي
واملأ هيكل روحي بمجدك.
أيا نجم القطب الأزلي!
حيثما تجولتُ وكيفما تحوّلتُ
تظل إبرة بوصلة عقلي المغناطيسية تشير إليك.
وسواء كنت ملفوحاً برياح سوء الطالع
أو مبللاً بأمطار المحن والبلايا
ارشد مع ذلك عقلي
للتوجّه نحوك على الدوام.
إن طائر محبتي الضارب بجناحيه
وسط غيوم الحيرة
وعواصف التشويش
سيعثر بكل تأكيد على طريقه إليك.
في غابر الأزمان
في قلب الأثير
عندما أتينا إلى الوجود كأرواح
كنا جميعنا نغفو
تحت لحاف الحب الإلهي.
وعندما أيقظنا الله
انطلقنا بعيداً عنه
كما في قصة الإبن الشاطر
فنسينا صلة الرحم الإلهية فيما بيننا
وأصبحنا غرباء عن بعضنا.
وإذ هجرنا بيتنا السماوي
أصبحنا في هذ العالم
رحّالة نجوب أصقاع الأرض

ونسير على دروب القـَدَر.
لقد أوغلنا في السير
وابتعدنا كثيراً عن بيتنا الأصلي.
مع ذلك.. وبين الحين والآخر
توقظ بنا بعض الأماكن والتجارب والوجوه
ذكريات دفينة وأحاسيس باطنية عميقة
تهمس لنا
فنحس بأننا نختبر من جديد
أموراُ عرفناها من قبل
ونلتقي ونتواصل مع أحبة
كنا منهم قريبين
في الماضي السحيق.
يا مبدع الأكوان..
إن نورك يسطع في العظماء
فلتلهم معرفتهم الإلهية فهمنا
ولندرك أنك الهدف الأسمى
الذي نسعى لبلوغه
والطموح الأعظم
الذي نتطلع لتحقيقه.
أنعشنا بنسائم وجودك العاطرة
واملأنا شوقاً لحضورك المجيد
وليختمر كياننا بحكمتك الربانية.
دعنا نشعر أن نورك القدسي
يتخلل كل جوانب حياتنا
ويشحن عزائمنا
ويبدد ظلامنا
ويغمرنا بالسلام
والتفاؤل
والهمة للقيام بالأعمال الخيّرة.
بين الأمير والناسك المستنير

ذات مرة، ذهب أحد الأمراء المتجبرين في رحلة صيد مع خدمه وحشمه، كاملي العدة والعتاد، فتوغلوا في الغابة نافخين الأبواق، قارعين الطبول.

وبعد اصطياد بعض الطيور والغزلان والنمور الشرسة، أدرك الأمير وحاشيته أنهم ضلوا سبيلهم.

كان لديهم الكثير من الطعام لكن ليس الماء. وبالرغم من بحثهم الحثيث عن الماء في الغابة لكنهم لم يعثروا عليه. ولم يكن لديهم ملجأ يقيهم هجمات وحوش الليل الضارية، في حين كان الظلام يدنو متسارعاً.

توارت الشمس عن الأنظار، فأتى الأمير الذي كان يتقدم الركب إلى كوخ عتيق متداعٍ، وبعد أن ترجّل دفع الباب غير المقفل ودخل الكوخ فكان كل شيء داخله معتماً باستثناء بصيص من الضوء في أحد أركانه، ففكر يائساً "حتى أن الكوخ مهجور."

لكن بدافع الأمل صاح قائلاً "سلام. هل من أحد هنا؟"

ولفرط دهشته سمع صوتاً هادئاً يجيبه برزانة قائلاً: "نعم، أنا هنا. هل تبحث عن ماء؟"

حدّق الأمير لبرهة في الظلام إلى أن لمح شبح إنسانٍ، وذهل لمعرفة ذلك الرجل أفكاره حتى قبل أن يقابله أو يتعرف عليه.

وسأل الأمير مضيفه: "من أنت؟" فأجابه "ناسك فقير لله."

أشعل الناسك سراجاً ونادى الأمير حاشيته، فشعروا بفرح عظيم لعثورهم على الماء والفاكهة في تلك الغابة النائية.

وسألَ الأميرُ الناسكَ: "ألا تخشى النمور والأفاعي؟"

فأجاب الشيخ الناسك: "بالطبع لا، فالنمور هي قططي الأليفة، والأفاعي مسالمة بالنسبة لي، فنحن أصدقاء نصطلي دوماً بشمس محبة الله التي تسطع على كل شيء في هذا الوجود."

وإذ دقق الأمير النظر بالناسك تملكه الرعب عندما رأى زوجاً من ثعابين الكوبرا متدليين من عنق الناسك. وعندما دنا أكثر للتأكد مما رآه أصدر الثعبانان فحيحاً وصفيراً ونفشا رأسيهما

لأنهما أحسا باهتزازات الخوف الكريهة وحب الإنتقام المختبئ في صدر الأمير.

وأكثر من ذلك، دخل في تلك اللحظة أحد نمور الغابة إلى الكوخ وربض بهدوء عند قدمي الناسك، وبعد أن لاطفه رجل الله وربت على رأسه غادر النمر بهدوء متجهاً إلى قلب الغابة.

وفكر الأمير المغرور في نفسه "لا بد أن هذا الشيخ صالح وطيّب السريرة، إذ حمانا من الحيوانات الكاسرة والعطش المميت، ومكافأة له على صنيعه هذا سأجعله من الأغنياء." ثم خاطب الناسكَ قائلاً:

"يا شيخ، إن وجهك يلتمع بالطيبة والإخلاص، وإنني أقدّر كل ما فعلته معي ومع حاشيتي، لذلك أريد أن أستودعك سراً به تصبح غنياً موسرا. وهذا السر أفصح عنه للمرة الأولى ولك أنت فقط."

وما أن نطق بهذه الكلمات حتى أخرج الأمير حجراً من تحت عباءته، وواصل حديثه قائلاً:

"أريد أن أستأمنك على كنز العائلة هذا. إنه حجر الفلاسفة لعلك تصبح غنياً باستعماله. فهذا الحجر يصنع ذهباً، وقد منحه لوالدي أحد علماء الكيمياء العظام، وله القدرة على تحويل كل شيء يلامسه إلى ذهب خالص. بإمكانك استعمال هذا الحجر لسنة كاملة وتحويل الأحجار إلى ذهب ثم بيعها لتشتري لك قصراً من ذهب، وسأعود إليك بعد عام لأزورك وأسترد حجري الذي أعتبره أثمن من حياتي.

لم يرغب الناسك بقبول تلك المسؤولية، لكن استجابة لإلحاح الأمير المتواصل رضي بالإحتفاظ بحجر الفلاسفة، وقد رأى الأميرُ الناسكَ يضع الحجر دون اكتراث تحت حزام زناره (حيث كان الناس في الماضي يضعون نقودهم خوفاً من النشالين!) ثم مضى الأمير في حال سبيله.

بعد عام عاد الأمير مع حاشيته متوقعاً أن يرى بدل الكوخ المتداعي قصراً منيفاً، لكن خاب ظنه عندما رأى أن الكوخ ما زال قائماً وقد ازدادت حالته سوءاً عن ذي قبل. فترجل عن جواده ودفع الباب منادياً بأعلى صوته: "هل ما زلت على قيد الحياة يا ناسك؟"

فأجابه الناسك بصوت قوي وعميق: "نعم والحمد لله يا أمير. أهلاً بك في بيتي المتواضع."

وعلى الفور وبدون مقدمات صاح الأمير: "ما الذي دهاك وماذا خطْبك يا رجل؟ ما الذي فعلته بحجر الفلاسفة الذي تركته معك؟ لماذا لم تستعمله كي تصبح غنياً؟"

فكر الناسك للحظة ثم أجاب: "ما هذا حجر الفلاسفة الذي تتحدث عنه، وماذا تقصد بقولك كي أصبح غنياً؟ في الحقيقة لا أريد أن أكون أغنى مما أنا عليه."

استولى الهلع على الأمير إذ ظن أن حجره قد أضاعه الناسك العجوز لعدم اكتراثه به، فقال بصوت تشوبه مسحة الإستعطاف: "أقصد حجر الفلاسفة الذي لا يقدر بثمن والذي وضعته تحت زنارك منذ عام؟ [إيدي بزنارك] تخبرني ما فعلت به؟"

فأجاب الناسك: "صحيح.. صحيح.. الآن تذكرت حجرك الثمين، فقد كنت في أحد الأيام مستغرقاً بالتفكير في الله عندما ذهبت للإستحمام في النهر وأعتقد أن الحجر أفلت حينها من ثيابي وابتلعته المياه، والعوض بسلامتك."

فصاح الأمير بأعلى صوته "يا خسارتي التي لا تعوّض، لقد فقدت كل شيء" وكاد يغمى عليه من شدة الذهول. فرش الناسك على وجهه ماءً بارداً وأعاده إلى الوعي، في حين اقترب أزلام الأمير من الشيخ وعيونهم تقدح شرراً محاولين إيقاع الأذى به، لكن الناسك ضحك وقال: "يا حضرة الأمير ذا الشأن الخطير، لم أكن أعلم بأنك ستقيم الدنيا ولا تقعدها من أجل حجر. تعال معي إلى النهر وسأبحث عن حجرك وأحاول العثور عليه."

فأجاب الأمير: "وهل فقدت عقلك؟ تريد أن تبحث الآن عن حجر سقط منك وأخذه التيار الجارف منذ عام؟"

لكن الناسك لم يأبه لقوله، بل صاح به قائلاً: "أيها الأمير الصغير لا حاجة لكل هذا الهرج والمرج، انتظر إلى أن نفتش عن الحجر في النهر، هيا تعالوا معي جميعاً."

وكما لو وقع الأمير وحاشيته تحت تأثير سحري، استجابوا لمغناطيسية الناسك الشفافة وتبعوه صامتين إلى النهر. وهناك

طلب الناسك من الأمير أن يخرج منديله من جيبه وأن يمسكه من أطرافه الأربعة ويغمسه في النهر مبتهلاً على هذا النحو:

"يا أمير الأمراء وملك الملوك وصانع كل أحجار الفلاسفة، أعد لي حجري."

وما أن فعل الأمير ذلك ورفع منديله من الماء حتى استولى عليه الذهول لأن يرى بعينيه غير المصدقتين أكثر من عشرين حجر فلاسفة بنفس مواصفات حجره الأصلي الذي فقده. وإذ اختبر كل واحد من تلك الحجارة وجد أن كلاً منها يحوّل حجارة الشاطئ العادية إلى ذهب. عندها ربط الأمير الحجارة في المنديل ورمى بالصرّة في النهر.

فصاح به الناسك ومعه الحاشية: "لماذا فعلت ذلك؟" لكن الأميرنظر إلى رجل الله وانحنى أمامه احتراماً وقال:

"أريد يا سيدي أن أحصل على ما لديك.. ذاك الذي يعتبر الأحجار التي تصنع ذهباً حصوات لا قيمة لها."

وهكذا هجر الأمير مملكته الأرضية لكي يتعلم من الشيخ الحكيم طريقة الحصول على مملكة الروح التي لا يسعها الفضاء ولا يحيق بها الفناء.

مغزى القصة هو أن الثراء الأرضي، مهما بدا عالي القيمة، لكنه إلى زوال ويتعين تركه في هذه الدنيا الدنية عندما يصبح الجسد جثة هامدة باردة.

وبدلاً من استخدام حجر الفلاسفة الذي يرمز هنا إلى المقدرة على جمع الثروات الزائلة فقط، يجب أن نكون كالناسك الذي كرّس وقته وقدرته في الحصول على الثروة الإلهية التي لا تنضب ولا تفنى.

فمن يتعرف على الله سيمتلك ثروات تفوق الأحلام ، وإن اقتضى الأمر سيتخلى عن الممتلكات المادية كما لو كانت حجارة طمعاً بتحصيل الثراء الروحي والتمتع بالغنى الحقيقي.

في تعاملنا مع الآخرين
من المهم جداً التعرف على - وتقدير
السمات المميزة والشمائل النبيلة
التي استقطروها من تجاربهم
و صاغوها من كيانهم.

إن درسنا الناس بعقول متفتحة
سنتمكن من فهمهم والتعامل براحة معهم
كما سنستطيع على الفور
معرفة طبيعة الشخص الذي نتعامل معه.
لا تحدّث فيلسوفاً عن سباق الخيل
ولا تناقش عالِماً في الترتيب المنزلي
أعرف ما الذي يهم الشخص ويستقطب انتباهه
وحدثه عن ذلك الموضوع
وليس بالضرورة عن الأمور التي تهمك أنت.
إن كنا نرغب في فهم الآخرين
فيجب أن نتحاشى انتقادهم وإدانتهم
ويجب بدلاً من ذلك أن ننظر في مرآة تمييزنا
لمعرفة ما ينبغي إصلاحه وتحسينه؟
تلك المرآة النفسية تختلف كثيراً
عن المرآة المألوفة التي ننظر فيها كل صباح.
إنني أنظر كل يوم في تلك المرآة الذاتية
وإن وجدتُ شيئاً لا يروق لي
أعاتب نفسي وأعمل جاهداً على تقويمه.
بهذه الطريقة يرى الإنسان صورته
معكوسة على حقيقتها في مرآة روحه
ويتقدم يوماً بعد يوم
على الطريق المؤدية إلى السعادة وراحة النفس.
أسعدكم الله
والسلام عليكم

شبكة الأشواق
ها أنا أرمي بشبكة أشواقي
في بحر فكري الفسيح.
كثيراً ما أفلتت مني أيها الصيد الإلهي الثمين!
ومع ذلك فإنني أتابع الغوص في أعماق السلام
وبلا توقف أرمي بشباك حبي نحوك .. الواحدة تلو الأخرى
ولا بد أن أصطادك يوماً في شبكة حنيني اللامتناهي لك.

شبكة حبي هذه أرميها في كل مكان..
فوق أمواج الحياة المتلاطمة
وحول النجوم المتوامضة
وفي لجج النفوس الطيبة.
كل ما أعرفه هو أنني صياد
وسأتابع محاولتي الإمساك بك
يا أعز منية وأعظم كنز في الوجود!

أطلب من أن يمزق حجب الجهل ويبدد ظلمة الوهم وأن يكون الطموح الأعظم في حياتك والشوق الأقوى على عرش رغباتك وأن يساعدك على تحويل الخمول والتسويف إلى نشاط روحي نابض بالبهجة والتجدد والهمة.. وأن يسقيك من شراب العشق الإلهي حتى الإنتشاء.. ويفتقدك بزيارة قدسية فيها الإيناس ويغسل قلبك بمياه المحبة والشكران .. ويضيء في كيانك مصابيح اليقين.. وأن يذيب أحلامك في حقيقة بحره المبارك.. وأن تجد فيه القناعة والرضا، فتسكن الطمأنينة روحك وتحل عليك بركات السماء.

السكون معناه تسكين الأفكار
وتهدئة الجسد والتحكم بمتطلباته.
فمن يقدر على ذلك سيختبر هدوءاً منعشاً
وسيحس بموجات وانطباعات سامية من عوالم راقية.
ومن يتعمق بالسكون أكثر فأكثر
سيكتشف مملكة الله في داخله.
ما دام الإنسان سائراً على الطريق
فكل لحظة من وقته ثمينة جداً.
إننا هنا على هذه الأرض (دار الممر) لفترة وجيزة.
كل شيء إلى زوال لكن الإحساس بالله مستدام
ولا يقوى شيء على محوه من القلب والروح.
يجب أن لا نسمح لمغريات الدنيا
بأن تصدنا عن مقصدنا الأعظم وغايتنا الأسمى: الله.
التعرف على الله أمر ممكن.
يجب أن نعثر على سيد الأكوان
الذي من نوره تومض النجوم

وبقوته تنبض القلوب.
يجب أن نبحث عنه في معبد السكون.
عندما ننادي الله بشوق ولهفة
وعندما نفكر به بحنين لاهب
سوف نعثر عليه.
لا أتحدث عن إله مجهول
بل عن رب تعرفت عليه
وهو حقيقي بالنسبة لي
بل أنه أكثر حقيقة من كل الأشياء المادية.
إنه البحر الإلهي الذي يسند ويعيل أمواج حياتنا البشرية.
بإمكاننا الإستغناء عن كل شيء
ما عدا الله.
{فَتَعَالَى اللَّهُ الْمَلِكُ الْحَقُّ}
و (طوبى للأنقياء القلب لأنهم يعاينون الله)

طبيعي أن يشعر الإنسان بالحاجة لأن يَحب ويُحب. لكن حنين القلب هذا هو في الأصل لمصدر ذلك الحب الذي هو الله.

الحب البشري يقوم على توقعات وحسابات واعتبارات ذاتية كثيرة لذلك لا ضمانة لديمومته لأنه مقيد بشروط.

أما الحب الإلهي فهو غير مشروط وهو ثابت ودائم. وإن لامس قلبك ستجده معك على الدوام

في كل الظروف والأحوال وستحس به كحماية وطمأنينة حتى في قلب الشدة والشقاء

وفي خضم المعاناة والتجارب العاتية.

قد يهجرك الجميع لكن ذلك الحب القدسي لن يتركك ولن يخذلك ولن يدعك فريسة للهموم والأوهام لأنه قوة واقية ونور هادٍ من السماء وسط منعرجات الحياة ومطباتها.

عندما يُشحن الحب البشري بالحب الإلهي يصبح نقياً صافياً ولكن إن فصلتَ الساقية التي هي الحب البشريعن النبع الذي هو الحب الإلهي فإنها تكف عن الجريان وتفقد ذاتها في رمال العالم.

وما دام الحب البشري متصلاً بالحب الإلهي فإنه يرطب القلب وينعش الوجدان ويروي بساتين الروح بماء الحياة.

الحب: منشط للإرادة
إن كل ما أفعله أفعله بكل الحب الذي في قلبي.
إن حاولت ذلك ستجد أنك لا تشعر بالإعياء على الإطلاق
لأن الحب هو أعظم منشط للإرادة، والإرادة التي تحت تأثير الحب تمتلك قوة غير عادية لعمل أشياء قد تبدو غير مستطاعة للبعض.
على دروب الوعي الروحي
الجاذبية والجنس الآخر
يجب أن يكون المظهر الشخصي نظيفاً، أنيقاً، مرتباً
وليس من الخطأ أن يبدو الشخص جذاباً
ما دامت تلك الجاذبية تخضع للذوق السليم.
لكن من الخطأ أن يتعمد الشخص استخدام الجاذبية الجنسية
لاجتذاب الجنس الآخر.
التجاذب بين الرجل والمرأة يجب يكون نابعاً من الروح.
الذين يتمتعون بضبط النفس
ولا يتباهون بأنهم رموز إغراء جنسي
يمتلكون حظاً أوفر في اجتذاب شريك الحياة الصحيح.
في العلاقات الناجحة بين الزوجين
الحب يأتي في المقام الأول وليس الجنس
وهذا ينبغي أن يكون المثل والمعيار.
في بعض البلدان لا يحصل تقبيل أو ملامسة حميمة
بين الصبايا والشباب قبل الزواج.
عندما يشعر شخصان بانجذاب غير مشروط
نحو بعضهما البعض
ويكونان على استعداد للتضحية أحدهما في سبيل الآخر
يكون الحب حقيقياً صادقاً
وعندها فقط يصبحان مؤهلين لعلاقة حميمة في الزواج.
حب التملك لا يجدي نفعاً
عندما يحاول أحد شريكيّ الزواج السيطرة على الآخر
فهذا دليل على نقص في الحب.
ولكن عندما يعبّران عن حبهما

باهتمام ودي صادق
ومراعاة دقيقة للمشاعر
ورغبة أكيدة في إسعاد الآخر
يكتسب الحب خاصية سامية
وفي مثل تلك العلاقة
نحصل على ومضة من الحب الإلهي.
الحياة بدون فهم انتحار روحي ومادي.
طوبى لذوي الفهم
فهو أعظم حاجة على الطريق الروحي
وعلى دروب الحياة.
الفهم هو كشاف ضوئي
ينير طريق الإنسان ويجلب له النجاح.
وقبل أن يتمكن المرء من بلوغ هدف الحياة السامي
يجب أن يمتلك تلك المقدرة الجوهرية والهامة.
لذلك يجب أن لا يسمح لسوء الفهم أن يعميه
لأنه انتحار روحي ومادي.
يجب أن يكون الفهم قوة إرشادية في كل موقف.
ومهما كانت التجارب التي نمر بها صعبة
يجب أن نمتلك الفهم الصحيح.
إن الله لا يسبب الأذى والألم لنا
نحن الذين نساعد أو نضرّ أنفسنا
من خلال فهمنا وتفهمنا
أو سوء فهمنا وعدم تفاهمنا.
يجب أن نبتهل لله كي نمتلك الفهم
بغض النظر عن التجارب التي تعْرض لنا
أو الظروف التي نمر بها.
الفهم وحده هو الذي سيحمي الإنسان.
عندما تزداد تجاربي حدة وشدة
أحاول أول ما أحاول العثور على الفهم في داخلي
فلا ألوم الظروف ولا أحاول تصحيح الآخرين
بل أذهب للداخل أولاً
وأحاول تنظيف حصن روحي

وإزالة أي شيء من شأنه أن يحجب ذلك النور الباطني
أو يعيق قوى النفس من الظهور
أو يصدها عن التعبير.
تلك هي طريقة العيش الناجح.
الهروب من المشاكل قد يبدو الحل الأسهل
لكن الشخص يكتسب قوة عندما يصارع غريماً قوياً.
فمن ليس لديه مصاعب لا ينمو ولا تشتد عزيمته.
يتلاشى الخوف عندما نمتلك الفهم
ففي الفهم أمن وحماية.
لقد واجهتُ تجارب كثيرة جداً في الحياة.
وأصعب تلك التجارب كانت مع أشخاص
أساءوا الظن بي.
لقد رأيت أناساً أحببتهم..
أناساً أعطيتهم قلبي
يسيؤون فهمي وينقلبون ضدي.
لكن ذلك لم يخلق مرارة في نفسي
لأن المرارة تحجب الفهم.
لا أسمح لنفسي بأن تتأذى
بسبب سوء فهم الآخرين لي.
بل أحاول بدلاً من ذلك
مساعدتهم إن كانوا متقبلين
وابعث لهم بنوايا الخير
والأماني الطيبة.
عندما تجلس بهدوء
ويكون ذهنك متحرراً من أي ضغوط
اختلِ بفكرك وابتعد عن العالم ومتطلباته.
استخدم العقل استخداماً بنّاءً كل لحظة.
الأشياء العظيمة يتم إنتاجها في العقل أولاً
ولهذا السبب أحتفظ ُبعقلي شغالاً طوال الوقت
وحالما تسنح الفرصة
أفعّل على الفور قواه الخلاقة فتأتي النتائج.
حاول كل يوم أن تقوم بشيء خلاق

أن تحسّن أوضاعك وتتحكم بقدرك
بدلاً من أن تدعه يتحكم بك.
بالإمكان تحسين الصحة
أو ترسيخ العادات الطيبة
أو إحراز النجاح المادي والروحي
بالتركيز الدقيق على كل منها
في المرة الواحدة.
كل ما أردتُ إنجازه في هذه الحياة
تمكنت من تحقيقه.
المادة هي نتاج العقل
ولذلك لا توجد محدوديات سيكولوجية بالنسبة للعقل.
وإن استطعت التحكم بعقلك
سينجذب العالم بأسره إليك.
إن كل ما أردته حصلتُ عليه.
وكانت وما زالت رغبتي العظمى
السعادة الروحية في الله
فتحققت رغبتي وأحس بسعادة تفوق الوصف.
يجب أن لا يشعر الإنسان أنه فاشل يائس بائس.
بإمكانه التحكم بمصيره بالتحكم بأفكاره.
أفعل الأشياء المفيدة والخيّرة التي تنوي القيام بها
وامتلك تصميماً داخلياً قاطعاً على التغيير الإيجابي
وستتمكن من تغيير مصيرك
وتحسين أحوالك في الحياة
بعونه تعالى.
آتي كنسيم الفردوس...
يتعين على المريد تحليل نفسه كل يوم
لمعرفة ما إذا كان يحرز التقدم الذي يطمح إليه.
عندما نتعلم كيف نحلل أنفسنا دون تحيّز
سنتمكن من معرفة أنفسنا والآخرين.
من يعش في هذا العالم بفهم ويغادره بإدراك
سيعثر على الخلود.
إنني أسعى لبناء حياة المريدين

وتوجيه أفكارهم نحو منبع السعادة ومصدر النور.
ولهذا أركز على الجانب الروحي أولاً
دون إغفال الجانب المادي من الحياة
وأرغب بالراغبين بمعرفة الله قلباً وروحاً
لأن الله لا يمكن التعرف عليه بالمناظرات العقلية
أو بالإصغاء للمواعظ العاطفية الصاخبة
التي تخلق هيجاناً داخلياً في النفس.
ما أحمله في روحي هو مقدس للغاية بالنسبة لي.
لا يمكنني أن أتحدث عشوائياً
بل أتكلم فقط عن الذي اختبرته وتحققت منه
بالمعرفة الذاتية والتجارب الحياتية.
لهذا السبب، هذه التعاليم حقيقية بالنسبة لي.
لا أحاول إعطاء الوعظ بل تقديم تلك الحقائق
التي جمعتها من بستان تجربتي الشخصية.
آتي كنسيم الفردوس
حاملاً عبير الحقيقة
من رياض الخلد.
لا أطلب شيئاً لنفسي
ورغبتي الوحيدة هي أن أعطيكم
ذلك العطر السماوي
ومن بعدها أغادر شواطئ الأرض
لأعود ثانية إلى القلب الكوني.
وما أعطيه لكم أريد أن تختبروه بأنفسكم
من خلال تناغمكم الذاتي مع الله
وتلك هي أمنيتي الوحيدة.
مفاتيح الوفرة
من يرغب في مناغمة أفكاره من الوفرة الإلهية
يتعين عليه اقتلاع كل أعشاب العوز والفاقة من تربة عقله.
العقل الكلي كامل ولا يعرف الحاجة والشح.
ومن يرغب في التناغم مع ذلك المخزن الكوني
عليه أن يخلق وعي الوفرة والبحبوحة
حتى وإن لم يعرف من أين ستأتي الوجبة التالية.

يجب أن نفكر بالوفرة الإلهية كغيث منعش مدرار
يهطل على الجميع بالتساوي.
إن رفع أحدهم كوباً يحصل على ملء كوبه
وإن وضع حلة أي وعاءً ضخماً (خلقينة) تحت المطر
يحصل على ملئها غيثاً نقياً مباركاً.
فأي وعاء نستخدم لتقبّل وفرة السماء؟
قد يكون الوعاء الذي تريد ملئه فيه عيوب وثقوب
ولذلك يتعين تأهيله وجعله صالحاً لاستقبال الفيض المبارك
وهذا ينطبق أيضاً على الإنسان.
فإن كان وعاء العقل الذي يرفعه نحو خزانة السماء يعاني من شوائب
وجب إصلاحه وجعله متقبلاً ليتمكن من استيعاب البركات الغزيرة.
يتعين تصليح وتصحيح ذلك الوعي
بإفراغه من كل المخاوف والشكوك
والحسد والكراهية .. وتنظيفه بالمياه المطهرة..
مياه السلام والهدوء والإخلاص والحب الإلهي.
إن العالم بأسره يتنحى جانباً ليفسح المجال
لذاك الإنسان الذي يعرف وجهته
وينطلق نحوها بهمة القاصد.
مفاتيح الوفرة
EAST-WEST Inner Culture
إن كنت تمتلك عقلاً قوياً
وغرست فيه تصميماً راسخاً
تستطيع أن تتحكم بمصيرك.
حاول أن تجرّب قوتك النفسية في أمور صغيرة أولاً
واعمل على تعزيزها لتنجز لك أشياء كبيرة وكثيرة.
لقد جربت هذا في حياتي وأتكلم عن قناعة.
إن قوة تحقيق النجاح تكمن في العقل.
ستدرك هذه الحقيقة إن تمسكت بقناعتك
إزاء شكوك العالم وتثبيطات المثبطين.
اختر هواية معينة أو مشروعاً لا يظن الآخرون

أن باستطاعتك القيام به بنجاح
وثابر عليه حتى تنجزه.
إبدأ بأهداف متواضعة
وستنمو قواك العقلية تدريجياً
إلى أن تتمكن من تحقيق مبتغاك.
العالم وأسرتك يصنفانك على نحو معين
ولكن اعمل فكرياً وبمثابرة
على التغيير الفعال.
لا توجد حدود لقوة العقل.
ركّز على هذه الفكرة
واملأ ذهنك بهمة الإنجاز
والتصميم على العمل الإيجابي
نحو تحقيق أهدافك.
واظب على دفع الفكر باتجاه إنجازات أعلى.
أحرز الثراء الروحي
وسيكون كل ثراء وبحبوحة
رهن إشارتك وطوع يديك.
إن حياتي تشهد بذلك.
من هم السعداء حقاً؟
يجب أن يتعلم الإنسان الإيثار.
العثور على السعادة بإسعاد الآخرين
هو هدف حقيقي وسامٍ لمن يحب الله.
إن منحْ السعادة للآخرين هو أمر حيوي بالنسبة لسعادتنا الشخصية
وهو اختبار مفعم بالرضاء الذاتي.
بعض الناس لا يفكرون إلا بعائلتهم فقط ولا يهتمون بالآخرين.
آخرون تفكيرهم منحصر بأنفسهم دون سواهم.
لكن هؤلاء هم الذين لا يتذوقون طعم السعادة.
ليس من الصواب البحث عن السعادة الشخصية
وتجاهل سعادة الآخرين.
من يأخذ أموال الغير لنفسه دون وازع من ضمير

قد يصبح غنياً لكنه بكل تأكيد لن يسعد بحياته
لأن أفكار استيائهم وتذمرهم ستحاصره وتسلبه راحة البال.
عندما يحاول الشخص إسعاد نفسه على حساب الآخرين
فالكل سيحاول أن يجعله تعيساً.
ولكن إن حاول إسعاد الآخرين
حتى ولو على حساب راحته الذاتية
سيذكره الجميع بالخير ويدعون له بالتوفيق.
عندما نفكر باحتياجاتنا الخاصة
يجب أن نفكر أيضاً باحتياجات الآخرين.
وعندما نهتم بشؤونهم نرغب بمساعدتهم وإسعادهم.
صاحب الإيثار يحيا بتوافق وارتياح مع نفسه
ومع أسرته ومع العالم من حوله.
في حين يقع الأناني دائماً في المشاكل
ويفقد سلامه النفسي.

قصة الصبي الشقي الذي تغيّر روحياً

عندما كنت أشرف على مدرستي في رانشي بالهند، جيء إليّ بولد كان عمره فوق متوسط عمر التلاميذ. وقلت لوالديه اللذين أحضراه أنني أقبل الأولاد دون سن الثانية عشرة، ولكن سأقبله إن كان طيباً.

وتحدثت إلى الولد حديثاً وجدانياً، قلت له:

"إنك تدخن لكن أبويك لا يريدانك أن تدخن. لقد أفلحت في كسر إرادة والديك ولكنك لم تنجح في التخلص من تعاستك، وستزداد تعاستك إذا استمريت في هذه العادة الضارة."

أصاب سهمي الهدف في حديثي معه، فراح ينتحب قائلاً: "إنهما يضربانني دوماً."

فقلت له: "فكّر بالذي فعلته بنفسك! ومع ذلك سأقبلك تلميذاً بشرط واحد وهو أن أكون صديقاً لك لا مخبراً عليك. وما دمت صادقاً في تصحيح أخطائك فسأكون عوناً لك، ولكن إن كذبت عليّ فلن أفعل شيئاً من أجلك لأن الكذب يدمر الصداقة. تستطيع أن تخفي الحقيقة، ولكن إياك والكذب."

قبلته تلميذا، وقلت له "في كل مرة تشعر بها بالرغبة في التدخين سأجلب لك السجائر."

وأتي إليّ ذات مرة قائلاً :إنني أشعر برغبة شديدة في التدخين (خرمان حتى الموت).

ناولته النقود فلم يصدق عينيه، وقال: "احتفظ بالنقود" وبالفعل عدل عن الرغبة.

دفعته بلطف كي يذهب ويشتري التبغ لكنه لم يفعل، بل قال:

"قد لا تصدقني، ولكنني فقدت كلياً الرغبة في التدخين".

ونتيجة لذلك، وبالمزيد من التعليم والتهذيب، أصبح ذا طبيعة طيبة وظهرت روحانيته بكل جلاء.

وأخيراً تمكنت من إيقاظ وعيه الروحي.

يمكن معاينة ولمس دلائل الوعي الروحي من خلال المجهود الذاتي للسير ضد تيار العادات القديمة المغلوطة نحو السعادة الحقيقية الدائمة.

قد تقرأ أو تسمع عن شخص يتتبع أمراً ما ويواصل المحاولة حتى النهاية، ولكن قلائل هم الذين يبذلون مثل ذلك المجهود المستدام.

ومع ذلك بمقدور الشخص أن يبذل المجهود إلى أن يتغير وضعه نحو الأفضل، حتى ولو كانت أخطاؤه بعمق البحر.

وحيداً ذرعتُ ساحل المحيط
ورأيتُ الموجَ المتلاطم هادراً في صخب كبير..
معبّرا عن حياتك العاصفة في المَد الهائج.
الاتساع العنيف المخيف
جعلني أرتعد وأبتعد عن هيجان الطبيعة الرهيب.
وإذ التفتُ حولي أبصرتُ شجرة ظليلة تلوّح لي بأذرع وديّة
مواسية بنظرة لطيفة سامية.
وكانت وريقاتها المتأرجحة على أنغام النسيم
تنقل إليّ رسالة رخيمة عرفتُ أنها منك.
اتجهت ببصري نحو السماء عديمة الحدود
وفي قلبها المعتم حاولت كالطفل أن أختلس النظر إليك..
عبثا بحثتُ عن جسمك المحتجب خلف أكداس الغيوم
ورذاذ الزبد والأوراق الخضراء، لأنه ألطف من أن تراه عيناي

وصوتك أنقى من أن تسمعه أذناي.
مع ذلك كنت أعلم أنك قريب.. قريب
بيد أنك أيها الروح العزيز، كنتَ تبتعد – كما في لعبة الغماية –
كلما اقتربتُ منك محاولا الإمساك بك.
لقد بحثت عنك وتلمست السبيل إليك
من خلال حجب الجهل القديمة قدم الدهر.
أخيرا، أوقفتُ بحثي عنك بيأس وقنوط
يا من أنت متمرّس بالإفلات من متعقبيك!
لقد فقدتُ ذاتي في متاهات الفضاء
حيث ما من أمل في الإمساك بك أو التحديق في محياك.
وعلى عَجل تحوّلتُ عنك، وما من جواب من البحر العاصف!
فقط همساتٌ من الشجرة الطيبة
وصمتٌ من الفضاء اللانهائي
ومن الأودية العميقة وقمم الجبال.
آلمني كل هذا في أعمق أعماقي
وكالطفل المجروحة مشاعره تواريتُ وقد أوقفتُ التفتيش عنك.
لكن فجأة.. وبدون توقـّع
امتدت يدٌ غير منظورة وأزاحت الحجاب الكثيف
الذي حجبك عني لدهور ودهور
وبأعظم سرور..
التفتُ فأبصرتُ بحراً ضاحكا، لا هديرا حانق
وعالماً سعيدا
وأبواباً أثيرية مشرّعة يتخللها ضباب الأحلام..
وبجانبي وقف كائن عزيز غير منظور
وهمس لي همسة في غاية العذوبة والصفاء:
"يا أهلا ويا مرحبا، لقد أردتَ مجيئي، ابشر فها قد أتيت!"
همسات من الأزل Whispers From Eternity
لأن نشكر الله يعني أن نحبه
ونسعى للتقرب منه والتعرف عليه

لأنه المانح الإلهي الأسخى لكل العطايا والهبات.
ويعني أن نعيش بتوافق وانسجام كأسرة عالمية متحابة
تحفزنا أفكار الخدمة المتبادلة والإهتمام الودي بالآخر
وأن ندرك أن الله هو المدبّر الأعظم لهذا العالم
وأن نعمل على الإرتقاء بالوعي من الكثيف إلى اللطيف
ومن حصر الفكر بالمصالح الأنانية الضيقة
إلى توسيع دائرة التعاطف الإنساني
والعمل على بناء عالم يسوده حب الخير وروح الإيثار.
وبذلك يمكننا التعبير عن شكرنا لله
على هذه الحياة التي امتن بها علينا
وعلى الفرصة التي منحها لنا
لاختبار الجمال الحقيقي
والسلام الفعلي
والحب الروحي
والفرح النقي.
إن أحببنا الله من قلوبنا وأفكارنا وأرواحنا
فإننا ندّخر لأنفسنا كنزاً روحياً لا يفنى
ونضمن الحصول على كل احتياجاتنا في هذه الحياة.
كثيرون تحدثوا عن الله
وكثيرون أدهشتهم روائعه
وكثيرون قرأوا عنه
ولكن الذين لامسوا حضوره
وتذوقوا عذوبته هم قلائل
وهؤلاء هم الذين يعرفونه.
عندما نعرف الله يحلو العيش
وتزخر الحياة بالبهجة والأمل المشرق.
ألا فلتمتلئ القلوب بالشكر لله
على أفضاله الغامرة
وبركاته التي لا تعد ولا تحصى.
كل إنسان يمكن أن يكون وسيطاً
من خلاله تنساب المغناطيسية الروحية.
لكن الرغبات الأنانية

وحب الإنتقام
والكراهية
ومركبات النقص
كلها تحدّ من انسياب تلك المغناطيسية أو القوة
ومن الخطأ عرقلة أو إعاقة انسيابها.
التوازن النفسي يساعد على إظهار المغناطيسية.
عندما يكون المرء دمثاً ولطيفاً
فإنه يظهر المغناطيسية.
التأمل هو المختبر الذي بواسطته
يمكننا اكتشاف القوى المباركة في داخلنا.
عندما يُشحن القلب بحب الله
وتمتلئ العيون بنوره
تصبح المغناطيسية ذات طبيعة روحية.
وهناك فرق كبير بين المغناطيسية الروحية
ذات التأثير السامي
والمغناطيسية الحيوانية
المدفوعة بالأهواء والغرائز.
ومن الأهمية بمكان التمييز بين هذين النوعين من المغناطيسية.
المغناطيسية الروحية قائمة على الإيثار ومنفعة الآخر
والمغناطيسية الحيوانية مدفوعة بالأنانية واستغلال الآخر.
يجب أن لا يخشى الإنسان
سوى الخوف نفسه
لأنه أكبر عدو للنجاح والصحة
فهو يسمم الفكر
ويجلب الأشياء التي يخشاها المرء
ويضاعف الآلام
ويدمّر القلب
ويسبب التلف للجملة العصبية والدماغ
ولذلك يجب القضاء عليه
بالإيمان بالله
والتفكير الإيجابي الخلاق

والتفاؤل والإستبشار
والثقة بالحماية الإلهية
وبأن من يحب الله
ويسير في نوره
لا يمكن لظلمة الخوف أن تغشاه
لأن الله معه
ومن كان الله معه فهو بخير.
الحياة المتزنة
تقوم على امتلاك الحكمة
وتنمية القوى الداخلية
بتنمية قوة التركيز
وامتلاك الحرية الفكرية
والقدرة على صد المؤثرات السلبية
وعدم السماح لها بالتغلغل إلى طبقات الوعي
حتى لا تحجب سماء الروح ونور البصيرة
والعيش وفق ضوابط خلقية وأدبية
والفهم الصحيح لقانون السبب والنتيجة
وحرق بذور الأفعال السيئة
بنار التأمل والإبتهال العميق
والتأسيس لمستقبل روحي سعيد
بالنوايا الطيبة
والأفعال الصالحة
والتفكير المنطقي السليم والنظيف.
الدعاء للمريدين
منذ سبعين عاما دوّن المعلم برمهنسا هذا الدعاء
وفيه يسال النعمة والعون الإلهي والهداية لكل المريدين
على دروب اليقظة الروحية.
ساعدني يارب كي أتذكرك أكثر من تذكري لنفسي.
ولتكن الملك الأعظم المتربع على عرش قلبي.
بارك كل الذين يأتون الي.
أمنيتي الوحيدة لهم هي أن يشعروا ببركتك ويتذوقوا محبتك.

أنت حياتي
وأنت حبي
وأنت كنزي وذخري في الوجود
ولك أقسم الولاء الدائم.
ألا فليشرق نور حبك على محراب أشواقي
ولأوقظ المحبة لك في كل القلوب المتقبلة.
لقد وهبتني الإرادة والعزيمة والقوة
كي آتي بالنفوس المشتاقة إليك..
نفوس إخوتي وأخواتي على اختلاف مشاربهم.
اجعلني وسيطاً شفافاً
علّ نور عرفانك يسري إلى قلوبهم
ويبدد منها ظلال الأحزان والمخاوف والهموم.
لك أرفع الشكر والثناء من صميم قلبي
لأنك باركت حياتي بوجودك الكلي.
ساعدني كي انشر رسالتك
رسالة المحبة والسلام والخير.
لا أريد تعظيم نفسي بل تمجيدك.
لتكن الإلهام خلف أقوالي وكتاباتي
كي تنقل اهتزازاتُ صوتي وكلماتي إلهامَك
وكي تنساب قوتك من إرادتي وتصميمي
ولتكن رغبتي العظمى الحظوة برضاك وعمل إرادتك.
كل الباحثين الذين يأتون إليّ
أقدمهم كباقة من النفوس الطيبة إليك.
اغمرهم بنعمتك
وأملاهم بسلامك.
وفي هذا الفصل الأخير من حياتي
أسالك أن تكون الموجّه الأوحد لخطواتي
والملهم الأقدس لأفكاري
وليكن طموحي الأسمى
توجيه عقول وقلوب الناس إليك.
أسالك أن تحفظ المريدين من كل سوء
وتسقيهم من ينابيع مياهك الحية

وترعاهم وترد عنهم
في اليقظة والنوم والأحلام
وان تواكبهم عنايتك أينما كانوا
الآن..
وفي كل زمان ومكان.
من أقوال الحكيم برمهنسا يوغانندا
الناس يتذمرون من فكرة التخلي عن أمور معينة في الحياة
مع أنهم في الواقع يتخلون عن أشياء كثيرة ذات قيمة
ليس أقلها طمأنينة النفس، بل ويضحون أحياناً بأنفسهم
من أجل المال القابل للتلف والزوال
الثروة قد تؤخذ من الإنسان أو يؤخذ منها بمفارقة العالم
ولا يستطيع أن يأخذها معه
القيمة الوحيدة للمال هي صرفه في الأعمال النافعة
وفي إسعاد النفس والآخرين بما يرضي الله والضمير
إن الذين لا يفكرون إلا بأمنهم وراحتهم
ناسين أو متناسين احتياجات الآخرين
هم في الواقع يغازلون الفاقة
التي ستكون من نصيبهم يوماً ما
والذين يتشبثون بثروتهم بدلاً من استخدامها في أعمال الخير
لا يجلبون إلى أنفسهم البحبوحة في حياتهم القادمة
بل يولدون فقراء، برغبات ومشتهيات الأغنياء
أما الذين يشاركون الآخرين فيما لديهم من بحبوحة ورخاء
يجذبون لأنفسهم الخير والوفرة أينما ذهبوا
عندما تعطي المستحقين عن طيب خاطر
ستجد أن الله معك دوماً
ولن يتركك أبداً
ولن تحتاج شيئاً بعونه وعنايته
فتوكل على الله وسيأتيك عونه وتشملك رعايته
يجب أن لا ننسى أن حياتنا تـُعال مباشرة من الله
وعندما ندرك أن عقولنا وإراداتنا وأنشطتنا

كلها تعتمد على الله وتستمد قواها منه
سنحصل عندئذ على الإرشاد المباشر منه
وسندرك أن حياتنا واحدة مع حياته اللانهائية

العالم يضج ويعج بالعواصف الطبيعية والبشرية، والله هو الدرع الحصين والملاذ الآمن من عواصف هذا العالم وأعاصيره وشروره

فحيثما وُجد الله لا وجود للخوف أو الأحزان. والمؤمن الحق يقف راسخاً وشامخاً في معركة الحياة ومصطرع الأحداث، موقناً أن الله معه يرد عنه الأذى ولا يتخلى عنه لحظة واحدة، فينعدم الخوف من قلبه ويحل اليقين بحماية لا تُقحم

عدم الخوف يعني الإيمان بالله وبحمايته، والإيمان بعدله وحكمته ورحمته وحبه وحضوره الكلي

الخوف يسلب الإنسان قواه النفسية ويشوش على العقل ويعيق ويعرقل وظائف القلب التوافقية. كما أن الخوف يخلق اضطرابات جسدية ويتسبب بأمراض نفسية

وبدلاً من الإستكانة للقلق والحصر النفسي يجب أن يؤكد الشخص لذاته بأنه آمن في حمى الله البصير السميع، مطمئن في حصنه المنيع، مشمول برحمته ورعايته

وسواء كان الشخص في أدغال أفريقيا أو في ساحة الحرب أو يعاني من المرض أو الفقر يجب أن يقنع نفسه بأن يد الله أقوى من الخطر وقادرة على حماية المستجيرين ب

لا توجد من طريقة أكثر فعالية للحماية. طبعاً يجب أن يستخدم المرء المنطق في تعامله مع الأحداث وفي نفس الوقت يثق ثقة تامة بالعون الإلهي. والإيمان لا يعني أبداً أن يكون الإنسان متهوراً ولا يتعامل بحكمة مع الظروف، إنما بغض النظر عما يحدث يجب أن يؤكد الشخص لذاته أن الله وحده قادر على مساعدته في الظروف الصعبة والعصيبة إن هو توجه إليه بقلبه وروحه وأحاسيسه جميعاً

في الحياة ظلام دامس وأحياناً تتعثر الأقدام وتحجم عن الإقدام، ويجب أن نجعل نور الله مصباحنا الكشاف أثناء سيرنا على دروب الحياة المظلمة. فهو بدر التمام في ليالي الجهل والظلام.. وهو شمس الإشراق في ساعات اليقظة، ومنارة

الإرشاد ونجم القطب لعابري بحور ظلمات الوجود الأرضي الموقوت

المشاكل ستتواصل في العالم، فإلى أين يمكن التوجه طلباً للإرشاد والهداية؟ أفكار المرء المستوحاة من عاداته وتحامله وأحكامه المسبقة وتعصبه لا تجدي نفعاً، ومؤثرات بيئته وعائلته وبلده أو عالمه لا قدرة لها على التوجيه الصحيح

ولذلك يجب التوجه إلى الله والإصغاء للصوت الهادئ الهادي الصادر من أعماق النفس المتناغمة مع الحق

الفرق بين الإستذهان والإستبطان الروحي

إن برمجَ الإنسان نفسه بمعرفة نظرية
سيصبح كجهاز تسجيل متنقل
يكرر أقوالاً مأثورة ويردد عبارات سامية
فيعتبره الآخرون عالماً متفقهاً
لكن مثل تلك المعرفة
لا يعززها إدراك مباشر للحقيقة
ولا يوازيها تحصيل روحي
هذا النوع من التثقف أو الاستذهان
يبقي "الأنا" مرتبطة بالعقل الحسي
المقيد بدوره بالحواس المادية المحدودة
لا قدرة للمعرفة النظرية على اكتساب العلم الإلهي
ومن المستحسن أن لا يصرف المرء وقته الثمين
على نظريات لا يمكن تطبيقها على أرض الواقع
وإلا سيجد نفسه في خضم أدغال فكرية كثيفة
غير قادر على تخطي نطاق النظريات
هذه العملية لن تفضي إلى معرفة الحقيقة
لأن الحقيقة تكمن ما وراء الآراء والنظريات
وكثيرون ممن ينتهجون هذا الأسلوب
يصبحون مقيدين باستنتاجاتهم الذاتية
إن استخدم الإنسان قواه العقلية
لكسب المال والأمور المادية لا غير
سينجذب وعيه إلى العالم المادي
ويصبح مشتبكاً في تعقيدات لا نهاية لها.

لذلك يقول الحكماء
يجب على الإنسان أن لا يكرّس كل قدراته العقلية
التي وهبها له الله للبحث عن أمور زائلة
وإلا سيفقد ذاته في متاهات المادة
ويخلق لنفسه قيوداً ومحدوديات هو بغنى عنها
وعليه بدلاً من ذلك أن يستخدم قواه العقلية
في تحصيل ضرورات العيش
والسعي لتطوير ملكاته المعنوية
بغية التمييز بين الخطأ والصواب والضار والنافع
وعندما ينمّي بصيرته الروحية
سيتمكن من الإحساس بالله في داخله
والتيقن من الحقائق الروحية
المتوارية خلف حجب المادة الكثيفة
وهذه الحالة تدعى الإستبطان الروحي
من أهم مقومات النمو الروحي
هي عادة الهمس الفكري لله
حيث ستلمس بنفسك تغيّراً إيجابياً رائعاً
سيعجبك كل الإعجاب
مهما كانت شواغلنا
يجب أن يحتل الله المقام الأول في حياتنا
عندما يرغب الشخص في رؤية عرضٍ ما
أو شراء ثيابٍ أو سيارة جديدة
أليس صحيحاً أن عقله يكون منهمكاً طوال الوقت
بتلك الأمور وكيفية تحقيقها أو الحصول عليها؟
ولن يهدأ باله ما لم يحقق رغباته
بل يظل يعمل دون توقف لتحقيق تلك الرغبات
وهكذا يجب أن ينهمك عقل الإنسان بالتفكير بالله
وستتحول إذ ذاك كل الرغبات الصغيرة الأقل شأناً
إلى رغبة قوية للإحساس بالله والتواصل معه
عندما يهمس الفكر لله همساً وجدانياً حاراً
نابعاً من أعماق نفس مشتاقة
سيلامس نداء الروح القلبَ الكوني

وستأتي الإجابة ومعها فرح عظيم
الهمس الفكري ينمي الإرادة
إلى أن تمتلك من القوة ما يكفي لتحقيق الهدف المنشود
عندما يتناغم عقل الإنسان وإرادته مع الله
فإنهما يُشحنان بقوة لا حد لها
بحيث يصبح مجرد التفكير بأمر ما كفيلاً بتحقيقه
لأن القانون الإلهي يعمل لصالح المتناغمين مع الإرادة العليا
إن جميع الإنجازات البارزة في حياتي
تحققت عن طريق قوة العقل المتناغم مع الله
فعندما يكون مولـّد الكهرباء الإلهي شغالاً
يتحقق كل ما أتمناه دون استثناء
إذ يرتسم أولاً كتصميم أثيري غير منظور
ثم يتجسد بقوة لا تقاوم على أرض الواقع.

سر النمو

إننا ننمو من خلال كل تجربة نمر بها ما دمنا ندرك أن بمقدورنا استخلاص دروس نافعة منها. فلكل ما نختبره من ألم ومعاناة معنىً وغاية

وبالرغم من قسوة التجارب، لكنها كالنار التي تصهر خام الحديد لتحوله إلى فولاذ جميل المنظر، قوي التحمّل ومتعدد الإستخدامات

و فولاذ الحكمة الذي نستخرجه بفعل نيران التجارب الحارقة هو شيء رائع. فالحياة تطهرنا بتحويل معادننا الخسيسة إلى عناصر نفيسة بحيث يمكننا أن نعيش في هذه الحياة كنفوس نقية بنقاء الجواهر، صلبة بصلابة الفولاذ، وفي نفس الوقت مرنة وقابلة للإنحناء دون التعرض للإنقصام تحت ضغوطات المحن والتجارب الصعبة.

عندما نرى وجوهاً مشوهة بالغضب، ممسوخة بالوحشية يجعلنا منظرها نرغب بطرد البشاعة من النفس التي لا يدنسها شيء كنوايا الشر والأحقاد الدفينة التي تحجب الصورة الإلهية المباركة في الإنسان مثلما يلوث السخام صفحة المرآة.
فتصرفات الآخرين المؤلمة يجب أن توقظ بنا الرغبة لتحسين

تصرفنا وضبط أنفسنا كي نكون سادة لأهوائنا الجامحة لا عبيدا لها

الكلام العذب ترياق عجيب للعديد من الأمراض وفيه قوة سحرية ومغناطيسية جبارة تجلب الكثير من الخيرات والبركات لصاحبه. فالذي يستخدم الكلام العذب المهدّئ للخواطر يشعر بتيار خفي ينساب من خلاله دون انقطاع ويمتلئ كيانه بفيض من الطمأنينة لأن ذلك التيار متصل بمصدره الأعلى الدائم التدفق والجريان إلى النفوس المتناغمة مع ذلك المصدر، وسيتمكن من نقل سيّال السعادة إلى النفوس المتعطشة للسلام

كل يوم ينظر الإنسان في المرآة لرؤية وجهه لأنه يريد أن يظهر على أحسن ما يرام أمام الآخرين، فكم بالحري أن يقف يومياً مع ذاته ويحدّق في مرآة التحليل الباطني لمعرفة ما يكمن خلف المظاهر السطحية البراقة! فكل ما هو جذاب ظاهرياً يستمد جاذبيته من نفس الإنسان الباطنية. وما من شيء يلطخ مرآة النفس النقية كالتشوهات النفسية المتمثلة في الغضب والحقد والحسد والكراهية... ومن يحاول تحرير نفسه من هذه المركّبات الغريبة على طبيعة الروح سيشع نور الجمال الباطني من داخله وسيتذوق ما يحس به صاحب النفس المطمئنة

بالتحليل نكتشف أن مشاكل الإنسان هي ثلاثية: فهناك مشاكل واضطرابات تهاجم جسم الإنسان وأخرى تهاجم عقله وهناك صنف ثالث يسد منافذ الروح.

المرض والشيخوخة والموت هي الصعوبات التي يتعرض لها الجسد والعقبات التي تعترضه. أما الأمراض النفسانية فتغزو العقل عن طريق الحزن والخوف والغضب والرغبات الدفينة والتذمر والكراهية والوساوس العاطفية وحمّى الهيجان العصبي والسرطان النفسي الذي يشل القوى العقلية. أما المرض الأخطر فهو مرض الروح الذي يتمثل في الجهل الذي عنه تنبثق ومنه تنسرب باقي الأمراض

الإنسان الكوني
مستوحاة من تعاليم المعلم برمهنسا
عبر البحار الفاصلة
وفي ركن قصي من أركان الوجود

تراءى لي الإنسان الكوني
بإشراق باذخ
يحاكي الشمس طلوعاً وسطوعاً.
موطنه كان في قلب الغابات البكر
رأيته يتمشى في مروج الحكمة الذهبية
بحيوية الشباب
وبهجة الأطفال
يحلم بألق القمر السحري عند المحاق
يتنقل بين منازل لا حصر لها
فيلج ويخرج بخفة ورشاقة
من بوابات القرون والعصور
للحظات بزغ الشكل العجيب
ثم توارى
ثم بزغ ثانية
متحدياً التلاشي والزوال
مجوهراً كأثير السماوات اللامتناهية
وشعّت من محياه مشاعلٌ جمة
تروى حكايا الحنين المتقد
والمشاعر اللاهبة
والجمال اليافع
والحب الفتي النقي
وانبثقت من عينيه شرارات من الإيمان المشع
وبريق وردي من الأمل الواثق
وبرق يخطف الأبصار
لحزم واقتدار
يضيء أركان الكون
ويبلغ مداه أقصى النجوم
يا له من مجد لا يُسبر له غور
نابع من قلبك الأوقيانوسي أيها الإنسان الكوني
لقد حدّقتُ طويلاً بشكلك النوراني المجيد
فأبصرت امتداداتٍ وأسراراً لا نهاية لها
وكأنني عاينت روح الإنسان متجلية

بكل روعتها وبهائها
East-West Magazine

الخير أكثر من الشر في العالم

عندما تراودنا الشكوك فيجب أن نتذكر حياة العظماء. صحيح أننا كائنات بشرية لكن الله أيدنا بقوىً فائقة نادراً ما نستخدمها، فلمَ الإرتعاد خوفاً من الشيخوخة والمرض والحزن؟

يجب أن نفعل ما بوسعنا للعناية بالجسد، لكن ينبغي عدم الإستسلام للمخاوف وعدم دفن أنفسنا تحت أكداس الجهل. الجسد ليس الإنسان بكامله

الخير أكثر من الشر في هذا العالم لأن الله هو القوة العظمى. لكن عندما تأتينا الشرور نفكر أن لا قدرة لنا على التحكم بها والتحرر من قبضتها

عواصف الشر لا بد أن تهب ولكن باستطاعتنا التخلص من مؤثراتها والترفع المعنوي عنها

لم نُمنح الحياة لكي تهلكنا الحياة، بل كي ترسّخ بنا وعي الخلود، ويجب أن نتذكر هذه الحقيقة

بدون حرية الفكر لا يمكن الإعراب عن النفس بكيفية نقية، تلقائية، وطبيعية. لا تنسَ أنك في جوهرك حر طليق. قوة الإرادة هي حرة على الدوام

إن استخدمتَ قوة إرادتك على النحو الصحيح فإنها ستخلق لك كارما جديدة، لكن معظم الناس لا يرغبون بالتبديل ولا يريدون بذل المجهود، فينهارون أمام المصاعب ولا قدرة لهم على مواجهة التحديات

إن قيام الإنسان بكل ما يريده ليس حرية لأن الإنسان مقيد برغباته، ولذلك لا يمكن أن يُدعى تصرفه حرية على الإطلاق

الحرية الحقيقية معناها القيام بكل شيء بإرادة موجهة بالحكمة. باستطاعة الشخص التحكم بنتائج أعماله السابقة التي

تتعقبه دون إبطاء إن قام بتفعيل إرادته واستخدامها في الأعمال الطيبة والنافعة

إن سيّرت أعمالكَ بالعقل وقوة الإرادة فإن قوى أعمالك الخاطئة السابقة ستضعف وعادات أعمالك الطيبة ستتقوى

العادات الراسخة تستعبدنا بكيفية ما، ولذلك لا نحيا بحرية فعلية

إننا نرغب على الدوام بالأشياء التي لا نمتلكها ونتعلق بأمور غير جوهرية. وحالما يستحوذ علينا شيء ما نكون قد فقدنا حرية إرادتنا لبعض الوقت. وكما أن الشرقيين مستعبدون لعادات قديمة هكذا الغربيون مستعبدون لعادات عصرية حديثة. إننا نصنع قدَرنا بأيدينا ونصبح عبيد قدَرنا

لماذا يولد طفلٌ ما في عائلة شريرة بينما يولد طفل آخر في عائلة طيبة؟ لقد استخدم كل منهما حريته للعيش بكيفية ما في الماضي (في حياة سابقة) وبذلك جلب لنفسه تلك الظروف في هذه الحياة

لا توجد حرية حقيقية بدون الله. يجب أن نفكر به على الدوام. ومهما كانت مشاغلنا وتفكيرنا يجب أن يحتل الله المقام الأول في قلوبنا

وعندما نتوافق معه حقاً ستُعطى لنا القدرة على إنجاز ما يتعين علينا إنجازه، في أي وقت، بعونه تعالى

نصائح للمريد

سأل أحد التلاميذ المعلم برمهنسا

كي يعطيه بعض نصائح في تطوير الذات فقال

إن أردت أن تكون محبوباً

فابدأ بمحبة الآخرين الذين يحتاجون إلى محبتك

وإن كنت تتوقع من الآخرين

أن يكونوا مخلصين معك أوفياء لك

فكن مخلصاً معهم وفياً لهم

وإن رغبت في أن لا يتصرف الآخرون بخبث ودهاء

فلا تسمح للمكر بالتسرب إلى أفكارك

ولا تتصرف على نحو يؤذي الآخرين

وإن أردت أن يتعاطف الغير معك

فابدأ بإظهار التعاطف نحوهم

لا سيما تجاه الذين من حولك

وإن رغبت في أن يحترمك الآخرون

فعليك أن تبدي احتراماً نحو الصغير والكبير منهم

وإن أردت السلام من الآخرين

فيجب أن تحيا حياة يسودها الوئام

وإن رغبت في أن يكون الناس متدينين

فكن روحيّ الطباع ودع الآخرين يشعرون

أنك قدوة حسنة وبإمكانهم الركون إليك والوثوق بك

وباختصار، فكل ما تريد أن يبديه الآخرون

من مزايا طيبة

أظهره في حياتك أولاً

وستجد أن الناس يتفاعلون معك بنفس الكيفية

إن استطعت التعرف على المجالات التي تحتاج

إلى تطوير وإصلاح في حياتك

دون أن تشعر بالتثبيط أو تنمي عقدة النقص
وإن عملت باستمرار على تحسين شخصيتك
عندئذ سيكون الوقت التي تمضيه أجدى وأكثر نفعاً
مما لو صرفته في التمني
بأن يحسّن الناس أنفسهم
إن لمثالك الحسن ونهجك السليم
قدرة أكبر على تغيير الآخرين
من مجرد تمنياتك وغضبك وكلماتك
كشموس لا حصر لها
أنت منبع الخيرات
ومصدر كل القوى
باركنا يا رب
كي نظهر نعمك علينا
في صحتنا
و طموحاتنا الفكرية
وفي تعبيراتنا الروحية
أنت الوهج في النجوم
والطاقة في الذرات
والطيبة في القلوب
والجمال في الصدق
والعظمة في الأمانة

ساعدنا كي نشحن أنفسنا

بقوّتك العظمى

بحكمتك اللامتناهية

وبأصالتك التي لا حد لها

دعنا ندرك أنك ينبوع الصحة

ومحيط الحياة

ومنبع كل فهم ومعرفة

حررنا من الجهل وآثاره

ومن المخاوف والهموم

وليجرف طوفان حكمتك

كل حطام وبوار من حياتنا

مزّق الحجب التي تواري وجهك عنا

دعنا نبصرك نوراً شديد السطوع

كشموس لا حصر لها في أفق حياتنا

ولنشعر بك كقوة دائمة التجدد

تلهم أفكارنا

وتغذي أرواحنا

وتعيل أجسامنا

وتحقق أحلامنا

أوم - آمين

معظم الناس لا يعرفون السبب

من وجودهم على هذه الأرض

ويظنون أن غاية الحياة

هي تحقيق الرغبات

وتحصيل ضرورات العيش

والتماس المتع والحب البشري

والإستسلام للداعي الأخير في نهاية المطاف.

يبدأ الناس حياتهم

مبرمجين بميول معينة

ورغبات لم يتم تحقيقها في الماضي

ويحاولون – بما تبقى لهم من إرادة حرة –

تقليد رغبات وتصرفات أحدهم الآخر

فإن خالطوا رجال أعمال

يريدون أن يصبحوا مثلهم

وإن عاشروا فنانين

يصبح الفن كل شيء بالنسبة لهم

الله يريدنا أن نكون عمليين في هذا العالم

فقد منحنا جوعاً يقتضينا العمل من أجل إشباعه

لكن البحث عن الطعام والمأوى

والمال والممتلكات لا غير

يعني أن ينسى الإنسان مصدر سعادته

صحيح أنه يتعين علينا أن نعمل

من أجل الحصول على احتياجاتنا

وأن نسعى لتحقيق أهدافنا المشروعة

ولكن يجب أولاً وقبل كل شيء

أن نفتح قلوبنا لله

ونطلب هدايته ورضاه فيما نفعله

عندئذ لا بد أن ننجح في مدرسة الحياة

لأننا سنتلقى توجيهاتنا

من المدير والمدبر الأعظم

الذي يعرف ما نحتاجه

وما هو الأفضل بالنسبة لنا

ولذلك يجب أن نضع ثقتنا به

ونمتثل لإرادته الحكيمة

رسائل للمعلم برمهنسا من المريدين

لا زالت ذكرى زيارتي لك...

في المجلد XIV من مجلة Inner Culture

رسائل بعث بها أصحابها من بلدان مختلفة

، نقتطف منها ما يلي:

أود أن أعلمك أنني بقراءتي المتأملة لتعاليمك

حصلت على الاستنارة الروحية

التي طالما بحثت عنها

لقد فتحت تعاليمك أمامي أبواب السعادة.

* * *

إنني أطبّق يومياً تأكيداتك الروحية

وأجد أن الأفكار السلبية تتضاءل تدريجياً

وقد تبددت المخاوف

وإنني أستمتع بكل لحظة من حياتي

فشكراً لمساعدتك.

* * *

إنني أحصل على خيرات كثيرة

من تعاليمك الروحية

وأتطلع لقراءة أفكارك بشوق كبير

وأبذل ما بوسعي لأن أطبق على حياتي

تعاليمك الجميلة والنافعة.

* * *

إنني أجد في فلسفتك الرائعة

ما يبعث على الإعجاب والإلهام

عميق امتناني لكل ما قدمته لي

من مساعدة وراحة نفسية.

* * *

يتملكني شعور غامر بالحصول أسبوعياً

على درس جديد من تعاليمك

وأجد في كل درسٍ متعة واستنارة.

* * *

أشكرك من أعماق قلبي

لمساعدتك لي على معرفة ذاتي الباطنية

وتبصيري بالقوى الكامنة في داخلي

وإظهار نور الله لبصيرتي

من خلال التعاليم التي حصلت عليها منك.

* * *

لا زالت ذكرى زيارتي لك

منذ أربعة أعوام تسكن خاطري

ولا زلت أذكر إيمانك الكلي بالله

ومحبتك للإنسانية.

لقد ساعدتني على معرفة نفسي.

وعندما كنت أظن أنني وحيد

لا أصدقاء لي ولا من يتعاطف معي

منحتني الثقة بالنفس وشحنت عزيمتي

وألهمتني الجرأة لمواجهة ظروف الحياة.

* * *

على مدى أربعين عاماً

درستُ مختلف فروع العلم والمعرفة

لكنني لم أحصل من كل تلك الدراسة

على شيء يضاهي ما حصلت عليه من تعاليمك.

* * *

إنني أستفيد كثيراً من قراءة تعاليمك

ولو أن عدداً أكبر من الناس

يطالعون ويطبقون أفكارك

لكان العالم الذي نعيش به

أفضل مما هو عليه.

* * *

أود أن أشكرك من صميم قلبي

على البركات التي أتت لحياتي

منذ أن بدأت أقرأ تعاليمك بتركيز واهتمام.

شكراً لك وأسأل الله أن يبارك جهودك الرائعة

وأعمالك المكرسة لخدمة الإنسانية.

* * *

منذ أن طلبت منك أن تدعو لي بالتوفيق

تحسنت أوضاعي بشكل ملحوظ.

عميق امتناني مع رجائي بمواصلة الدعاء.

* * *

عندما وصلتني رسالتك الأخيرة

كنت لا أزال هائماً في غابة الشك المظلمة

وغير قادر على رؤية الدرب للخروج من تلك الغابة.

لكن بفضل الله، ودعواتك الخاصة

اتضحت معالم الطريق وتعزز إيماني بالله

وتحسنت أوضاعي من كل ناحية

وأرجو أن تذكرني دوماً بدعواتك المستجابة.

* * *

لقد ساعدتني تعاليمك كثيراً

وحصلت منها على فوائد عميمة.

وثبت لي بالبرهان القاطع

فاعلية تأكيداتك الروحية والتفكير الإيجابي.

يغمرني العرفان بالجميل

لما أحس به من صحة وفرح وطمأنينة

وأشعر أني أحرز تقدماً يومياً في التأمل.

* * *

لولا تعاليمك الرائعة الزاخرة بالإلهام

لكانت حياتي على هذا المستوى الأرضي محدودة للغاية.

وأود أن أشكرك على العناية الخاصة

التي منحتني إياها على مدى السنوات الثلاث الماضية.

* * *

أشكرك على مجلة الثقافة الروحية

التي أجد فيها بركة وغذاءً للنفس كل يوم

وأشكر الله الذي عرفني عليك وعلى تعاليمك.

* * *

أود أن أشكرك على رسائلك الشهرية

فالرسالة الأخيرة وجدتها زاخرة بالإلهام

بحيث أنني قرأتها لطلابي في حصة الآداب

فتفاعلوا تفاعلاً طيباً مع محتواها

وكانت مناسبة سعيدة بالنسبة لنا جميعاً.

لقد تأثرت جداً بأفكارك التي تضمنتها الرسالة

لدرجة أنني رغبت بمشاركة طلابي بها.

هذه الرسالة أحدثت حالة من التأمل العميق

واستبطان لمكنونات النفس

وأشعر أنها ستساعدني على حل المشاكل

والتعامل بحكمة وإيجابية مع تجارب الحياة.

* * *

تعاليمك لا تقدر بثمن

ولا أريد أن يفوتني درس واحد من دروسك.

ومن محاضرات المعلم برمهنسا
عندما تعلو سعادة النفس
الكامنة في أعماق الذات
طبقة كثيفة من المتع الحسية الزائلة
يخبو وهج الروح الذهبي
وتتوارى قدرات النفس الشفافة
خلف كثافة المادة.
وعندما ينجذب عقل المرء
إلى الغيرة والحسد
وتغلفه غيوم المخاوف والهموم

يصبح تعيساً بائساً
ومغلوباً على أمره.
ولكنه عندما يوجّه نفس الانتباه
نحو المحبة والسلام والإنسجام
يشعر بسعادة فائقة.
النفس تشعر بالسعادة
عندما تتحول من الشهوات الجسدية
الممزوجة بالمعاناة والشقاء
إلى مزايا الروح الشفافة
العابقة بالمباهج الراقية.
إن انغمستْ النفس انغماساً تاماً
بالملذات الدنيوية الخشنة
تصبح غير مهتمة بالبحث
عن المسرات العليا
وغير قادرة على تذوق أفراح الروح.
كثيرون قد يجادلون
بأن التخلي عن المتع المادية
هو أمر أقرب إلى المستحيل في هذا العالم
أو أثناء العيش مع أشخاص
تتمحور أفكارهم حول الشؤون المادية البحتة
لكن من غير المطلوب من الإنسان العادي
أن يهجر العالم ويذهب إلى الجبال والغابات
كي يعثر على الطمأنينة والسلام
بل يتعين عليه أن يكون في هذا العالم
دون أن يدع تياراته القوية بأن تجرفه
كيلا تطغى عليه أمواج الدنيا الصاخبة.
يجب أن لا يكون سلبياً تجاه محيطه
وفي نفس الوقت
يجب أن لا يسمح للماديات بأن تعمي بصيرته
حتى لا يفقد الصلة بطبيعته الروحية
ويصبح غير قادر على تذوق مباهج الغبطة
ومعاينة الأنوار الإلهية.

كنوز الروح
من تعاليم الحكيم برمهنسا يوغانندا
هذا العالم هو مجرد حلم
ومثلما لا يوجد فرق جوهري في العرض السينمائي
بين البحر والسماء اللذين هما رتبتان مختلفتان من اهتزاز الضوء
هكذا هي الحال في هذا العالم.
فالحزن والفرح والألم واللذة والحرارة والبرودة هي أحلام هذا العالم.
إننا هنا اليوم وغداً نزول كالسحاب.. مجرد ظلال في الحلم الكوني.
لكن خلف هذه الصورة العابرة التي لا دوام لها يكمن الروح السرمدي
ونفوسنا هي جزء لا يتجزأ منه.
الله هو الحقيقة الواحدة. ويجب أن نبتهل على الدوام كي لا تقوى تجارب
الحياة على إعاقة تذكـّرنا له.
عندما أصلي على هذا النحو أحصل على نتائج أكثر من أي وقت آخر.
إذ ذاك، حتى وإن حدث شيء خطير لا يقدر مع ذلك عن صدّي عن
التفكير به، بل أشعر أنني آمن مطمئن في حضرته القدسية.
الحياة هنا تبدو عقيمة ومشوشة إلى أن نبلغ شاطئ الأمان.
لهذا أقول دوماً أنني هنا لكي أشهد لأهمية ومجد الحقيقة العظمى.
يجب أن لا نعقد الآمال على غايات دنيوية زائلة وتعلقات مادية هشة.
مثل هذه الإرتباطات الواهية تبعدنا عن هدفنا الأسمى بصورة لا شعورية
مثلما تبعدنا أيضاً عن ذاتنا الحقة.

البيئة تخلق في الناس الأوهام وتجعلهم عظماء في عيون أنفسهم
وعلى الطامح الجاد أن يترفع عن ذلك الوعي البيئي الموقوت والزائل
ويتعرف على الحقيقة في داخله بحيث تصبح تلك الحقيقة بيئته
الطبيعية والمؤثر الوحيد في حياته.
نسأل الله أن يلهمنا الهداية والإهتداء إليه
والعثور عليه قبل مفارقة هذا العالم.
ومهما كانت طبيعة التجارب التي نمر بها والآلام التي نكابدها
يجب أن لا نفقد الأمل بأن عون الله قريب
وأنه يستجيب لكل دعاء نابع من القلب، مضمخ بالأشواق
ولن يتخلى عن محبيه أو يتركهم تحت رحمة الأقدار.

أثمن من الذهب

ذات يوم، بينما كان أحد النساك يتجول وسط الجبال، توقف ليشرب من جدول صغير، فوقعت عيناه على كتلة صلبة من الذهب الطبيعي الخالص تلمع تحت مياه الجدول الصافية، فملأ وعاءه بالماء ووضع قطعة الذهب في كيسه ثم جلس بجانب الطريق ليستريح.

في تلك اللحظة ظهر على الطريق شابٌ يلهث من شدة الإعياء، فدنا من الناسك وقال له: " لم أتناول طعاماً هذا اليوم وأمامي رحلة طويلة، فهل عندك كسرة خبز تطعمها لرفيق دربك؟"

أجابه الناسك: "حباً وكرامة ويسعدني أن أقاسمك أرغفة الخبز التي معي" ثم أشار إلى الكيس وقال له "تفضل على الموجود".

وبينما كان الشاب يخرج الخبز من الكيس سقط حجر الذهب فأمسك به الناسك ووضعه جانباً.

أثناء تناولهما الطعام راح الشاب يحدق في الذهب ويتحدث بإعجاب عنه ويهنئ الناسك على حظه السعيد وعلى ما يوفره له حجره الأصفر من أمان وضمان واطمئنان.

وعندما نهض الشاب لينطلق في حال سبيله تبسم الناسك ووضع الحجر في يده.

أصيب الشاب بذهول كبير لهذه الثروة المفاجأة التي وقعت في يده، فانطلق ببهجة عارمة لا يكاد يلوي على شيء.

لكن بالرغم من ذلك لازمته أفكارٌ غريبة وراحت تلحّ عليه وتضايقه فلم يتمكن من إسكاتها أو التخلص منها. وفجأة غيّر اتجاهه وعاد إلى الناسك فوضع كنزه أمام المحسن إليه وقال له بعد أن حياه بانحناءة ملؤها التقدير والإكبار:

"إنني أعرف جيداً كم هو ثمين هذا الحجر الذي وهبته لي، لكنني أحس أن لديكَ ما هو أثمن من هذا الذهب، وأناشدك بالله أن تجود عليّ بذلك الشيء الذي تحمله في نفسك الغنية.. والذي مكنّك من أن تمنحني هذا الذهب!"

في السرّاء يشكر الناس الله
على نعمه الوفيرة والكثيرة
ولكن عندما تكفهر الأجواء
ويحل سوء الطالع
يحلّ معه التذمر والإستياء
ومعظمنا يفقد إيمانه الحي
بالذي عينه لا تنام
فنجعل المصائب والأوضاع الصعبة
محور تركيزنا وبؤرة اهتمامنا
ولو بحثنا عن منفذ إيجابي
لرأينا بصيصاً من أمل.
يجب أن نثق بالعون الإلهي
وبأن الذي خلقنا لن يتخلى عنا
بالرغم من صعوبة الظروف
وصراع الحياة
وقتامة المشهد.
إن التمسنا الهداية الإلهية بثقة تامة سنحصل عليها.
من يمتلك إيمان الإطفال وثقتهم سيأتيه العون
وستتضافر كل عناصر الوجود
على تحقيق ما يحتاجه.

يجب أن نشعر في قرارة أنفسنا أننا منظورون
وأن العون الرباني ليس بعيداً
وندرك أن التفاؤل يجلب الخير كالمغناطيس
والتأكيد على الجانب المشرق من الحياة
يمنحنا الثقة بأن الخير موجود وقريب
وأن الغلبة للنور لا للظلمة والعشوائية.
الله هو الرفيق الإلهي
الذي لا يخذل المتكلين عليه
ومع تفكيرنا بقربه منا وحمايته وعونه لنا
ستتغير الحياة نحو الأفضل
وسيطفح القلب بالشكر والإمتنان
للذي بيده خزائن النعم
ومفاتيح الجنان.
إننا نعاقب أنفسنا من خلال أفعالنا غير المعقولة
ونثيب أنفسنا بتصرفنا السليم.
إن سوء استخدام العقل الذي وهبه الله للإنسان
يفضي إلى الخطيئة والتي هي سبب التألم والمعاناة..
أما الإستخدام الصحيح للعقل
فيؤدي إلى الفضيلة والتي تفضي بدورها إلى السعادة.
لقد منح الله الإنسان عقلاً
وضميراً
وإرادة حرة
ووصايا سماوية
فإن اختار الصواب سينعم بالثواب وإلاً سيتحمل تبعات أفعاله
ولا بد أن يعطي حساباً عن سلوكه إبان إقامته الموقوتة
على أرض الله هذه.
لقد أساء الإنسان هذه الإستقلالية التي وهبها له الله
و نتيجة لذلك جلب على نفسه الجهل والألم الجسدي والفكري
والموت المبكر وأمراض أخرى.

إنه يحصد ما يزرعه، وقانون السبب والنتيجة يسري على الجميع.
إن أيام الإنسان الحاضرة تعتمد على أيام أمسه
كما أن أيام غده تعتمد على الكيفية التي يعيش فيها
ويصرف بها أيامه الحاضرة
وعلى نوعية البذور التي يغرسها في تربة وعيه.
وهكذا فإن الإنسان، بالرغم من أنه مخلوق على صورة الله
ويمتلك في روحه قوى إلهية كامنة
يفقد الحق في استخدام تلك القوى بسبب أخطائه
والقيود التي يفرضها على نفسه.
إن انتهاك قوانين العقل
وارتباط النفس بالجسم المؤقت والخاضع للفناء
والإستسلام للمؤثرات البيئية أو الوراثية أو العالمية
هي من مسببات قنوط الإنسان وإحباطه وتعاسته وإخفاقاته.
ولذلك يجب أن يصوّب اتجاهه
ويعيد معايرة بوصلة وعيه
إن أراد أن يعرف ذاته
ويتواصل من جديد مع مصدره الأسمى
ويملأ وعاء حياته بالخير والنور والمعرفة.
لا يمكن استيعاب المحيط بنفجان
وبالمثل، لا يمكن للوعي البشري المحدود احتواء الوعي الكوني
لكن هذا مستطاع للمتشوقين والعاملين على الإفلات من القيود
وبلوغ مشارف الوعي الكلي غير المحدود.
وَيَزِيدَهُمْ مِنْ فَضْلِهِ وَاللَّهُ يَرْزُقُ مَنْ يَشَاءُ بِغَيْرِ حِسَابٍ
إسألوا تـُعطوا
إقرعوا يُفتح لكم
لَئِنْ شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ
إن إساءة استخدام الكلام من أشد الأسلحة فتكاً وتدميرا
هناك سبب رئيسي للعصبية وهو الكلام الجارح الخشن.

يجب الإبتعاد عن النميمة أو الإنهماك في القيل والقال
وتفادي المشاكسة والخصام والتخلص من النزعة العدوانية.
إن غضبَ الزوج أو الزوجة وأثار أحدهما حفيظة الآخر
فأفضل طريقة هي أن يتمشى الآخر
وأن يمتنع عن الإجابة حتى تهدأ العاصفة.
وإن نطق أحدهما بكلمات موجعة
فالأفضل للآخر عدم الإجابة بكلمات مماثلة
بل التزام الهدوء حتى تهدأ الخواطر ويبرد المزاج.
إن صرختْ الزوجة بالزوج وأجابها بزعقة مدوية فسيتألم الزوج مرتين:
المرة الأولى من كلامها الواخز والمرة الثانية من كلامه القاطع
وبالتالي يؤذي نفسه بالدرجة الأولى
وقد يؤدي ذلك إلى الطلاق أو إلى أمور أخرى لا تحمد عقباها
كما ينبغي تجنب العناد أو التعامل مع الآخر بنظرة فوقية.
وفي نفس الوقت، يجب عدم التورط في المهاترة والشجار.
بل يجب التريث حتى استعادة الرصانة والهدوء النفسي.
لا تسمح لأحد بأن يسلبك سلامك
ولا تسلب سلام الآخرين بالمقذوفات اللفظية (أو الكتابية).
إن إساءة استخدام الكلام هي من أشد الأسلحة فتكاً وتدميرا.
إذ قد يتلفظ المرء أثناء الغضب أو احتدام العواطف
بكلام غير لائق، لا يريد أصلاً التلفظ به، ثم يشعر بالأسف جراء ذلك
في حين سيتذكر الشخص الآخر ذلك الكلام لعشرين عاماً
(الأسى لا يُنسى بسهولة)
ومن هذه الناحية فإن الذاكرة شيء سيء.
إن قوة التذكر هي نعمة إن استـُخدمت على النحو الصحيح
لكنها مؤذية إن استـُخدمت كمستودع للأشياء السيئة
التي ارتـُكبت بحقنا.

تمهيداً لدخول فردوس الحكمة

إن عملية التطور البشري تهدف برمتها إلى تهدئة عواصف الجهل

حتى تتمكن الموجه من الرجوع ثانية إلى البحر والإمتزاج به..

أي حتى تتمكن موجه الحياة البشرية من التوحد مع محيط الروح الأعظم.

إن العلماء ... ورجال الأعمال والمصلحين الإجتماعيين يحاولون باستمرار وبطرق غير مباشرة تمهيد الطريق لبناء وحدة عالمية.

وجميع المدارس العلمية والفلسفية والأخلاقية تحاول جادة جمع باقة الحقيقةمن جنائن الحكمة وتزيين النفوس البشرية بكل ما هو راقٍ ورائع ومفيد تمهيداً لدخولها فردوس الحكمة الأبدية.

ومن خلال الإكتشافات الذهبية يساعد العِلم الإنسانَ مباشرة بتوفير الضرورات والمستلزمات المادية له، ويساعده بصورة غير مباشرة كي يصحح بعض آرائه عن العديد من "المعجزات" والظواهر الغامضة.

العلم يخبرنا بأن الماء عندما تتغير رتبة اهتزازاته بالبرودة يتحول إلى جليد يعوم على سطح الماء بدلا من الإمتزاج به أو الرسوب في القاع كباقي المواد الصلبة الأخرى.

هذه الظاهرة توحي للعلماء أن السيد المسيح عندما سار على صفحة الماء لا بد أنه غيّر اهتزازات جسده باستعماله الأساليب النفسية المعروفة للقديسين والأنبياء والحكماء.

ولجلب البشرية إلى بيت الوحدة والسعادة الكونية يتعين على كافة الفعاليات المادية والأخلاقية والدينية والصناعية والسياسية الإجتماعية والميتافيزيقية أن تتضافر وتوحد مساعيها من أجل هذه الغاية.

بالإمكان الإتفاق على معايير ثابتة للقوانين العالمية المتعلقة بالصحة والسلام والرفاهية والتربية والأخلاق الفاضلة.. ومعايير للقوانين الروحية والنفسية والعملية التي يمكنها أن تمنح مليارات البشر على هذا الكوكب الأرضي نمواً متكاملاً ومتوازناً يليق بالإنسان المتحضر ويمنحه السعادة والطمأنينة.

يجب أن لا يبقى المواطن العالمي حبيس حياة صغيرة وجسد صغير

بل يعتبر نفسه فرداً من الأسرة البشرية الكبرى.. موجه من الحياة الكونية ويتأمل على الحقيقة القائلة "إنك جزء لا يتجزأ من محيط الحياة".

الوعي لا حد له ولا انتهاء
فهو مترامٍ حتى أبعد النجوم
ويتخلل كلَّ ذرة من ذرات الكون
حتى أدق الإلكترونات.
يجب أن يشعر الإنسان أنه واحد مع بحر الوعي الكوني
وأن يتخطى شجرة العائلة والقومية
ويدرك بأنه فرد من أفراد العائلة الإنسانية الكبرى.
الفرح بين الرتابة والتنوع
لا تروق لك المتعة التي على قدر كبير من التماثل وعدم التنوع
بل تريد فرحاً متغيراً ونابضاً
يشد الإنتباه لتفرده
ويأسر الفكر بروعته
ويملأ القلب بحلاوته
فيبقيك راضياً ومنبهراً بطبيعته الفائقة العذوبة.
السعادة التي تأتي بشكل متقطع
تشوّق الفكر ولا تحقق الأماني.
والمتع التي تشوبها الرتابة تبعث على السأم
والبهجة التي لا تدوم إلا لبرهة وجيزة
ثم تتلاشى مخلفة وراءها أسفاً هي بهجة غير مرغوب فيها.
والفرح الذي يومض ويختفي
ليتركك في حالة من الحيرة واللامبالاة هو فرحٌ يمضّ ويقضّ.
أما السرور الذي يتغير إيقاعياً طوال الوقت
ومع ذلك يبقى جوهره عديم التغير
كالممثل البارع الذي يسلّي جمهوره بأدوار وحركات مختلفة
هو ما تبحث عنه وترغب بامتلاكه.

ذلك الفرح يمكن الحصول عليه بالتفكير بروائع الله
وبالتأمل المنتظم والمعمق.
النبع الداخلي للفرح الدائم والمتجدد
وحده قادر على إرواء ظمأك للسعادة.
والغبطة الروحية هي النشوة الوحيدة
التي لا تجعلك تملّها أو تميل لسواها.
إن كل ما يقوم به الإنسان - شراً أو خيراً –
هو محاولة دائبة دائمة في البحث عن السعادة.
الشر يَعِد بالسعادة ويمنح التعاسة والشقاء
أما الخير، فقد يبدو أنه يمنح كآبة
نظراً لمطلب الإنضباط وتفعيل الإرادة
لكنه بكل تأكيد يمنح فرحاً دائماً في النهاية.
الله هو الفرح الدائم والمتجدد طوال الأبد.
وعندما تعثر عليه ستشعر أنك عثرت على أثمن ما في الوجود
ولن تحتاج بعدها لتعقّب سراب "ذلك الشيء الآخر"
الذي يتراءى لك دون أن تتمكن من الوصول إليه أو الظفر به.
الفرح الروحي هو "ذلك الشيء الآخر"
ومتى ما وجدته في داخلك
لن تحتاج بعدها لمزيد من البحث عن السعادة
وفي ذلك الفرح المتجدد ستتحقق رغباتك
وتمتلك كل ما تشوقت إليه.
واعلموا يا أصدقاء أن الأشياء المادية
التي تمنح متعة تظل خارج الفكر
وتلك الأشياء مع المتع التي تمنحها
تدخل إلى الفكر عن طريق التصوّر الذهني.
أما الفرح الروحي فهو وعي الروح
الذي طبيعته منتهى السعادة
وهو موجود على مقربة كبيرة من الفكر
بل ويولد من الفكر عندما يكون الفكر متجهاً نحو الداخل أثناء التأمل.

عندما تتلف الأشياء الخارجية
التي يعتمد عليها الفكر من أجل المتعة
فإن السعادة التي تمنحها تلك الأشياء تتلف أيضاً
لكن الفرح الروحي المتجدد دائماً
موجود في النفس وعصي على التلف.
والتعبير عن ذلك الفرح لا يمكن القضاء عليه
ما لم يختر المرء تغيير حالته النفسية عمداً
وينغمس في الكآبة من خلال تغذية المزاج المنقبض.
ذلك الشيء الآخر
هل سبق وأن حاولت الإمساك بذلك "الشيء الآخر"
الشبيه بالسراب الذي يتراءى لك ويتراقص في خلفية مشاعرك
ونهاية كل رغباتك التي تحققت؟
حلل الأمر:
إنك تتشوق للشيء ما دمت غير قادر على الحصول عليه
ولكن حالما يصبح في متناولك، تشعر – عاجلاً أم آجلاً – بالسأم منه
وترغب في شيء آخر، أليس كذلك؟
حتى ولو منحتك الحياة دفعة واحدة كل ما رغبت به:
الثراء والقوة والأصدقاء.. ستشعر بعد فترة بعدم الرضا
وتريد شيئاً آخر. لكن شيئاً واحداً لا يفقد أبداً نضارته
ولا يخبو ألقه بالنسبة لك .. وهو الفرح نفسه.
ففي كل الأشياء التي تبحث عنها
وتسعى للوصول إليها والحصول عليها
بصورة مباشرة أو غير مباشرة
إنك في الحقيقة تبحث عن السعادة
عن طريق تحقيق رغباتك.
إنك لا ترغب بتلك الأمور التي تجلب لك الحزن
ولا تريد تلك الأشياء التي تمنحك قليلاً من المتعة في البداية
لكنها في النهاية تغرقك في لجج من الحسرة والندامة.
ومهما كان الشيء الذي تبحث عنه

فإنك تجدّ في طلبه بشوق وتوق ولهفة وحماسة
على أمل الحصول على الرضاء عند حيازته
وينبغي أن تسعد عندما يصبح فعلاً بين يديك.
فلماذا لا تبحث عن الفرح مباشرة وتستقيه من منابعه؟
لِمَ تبحث عنه عن طريق وسائط مادية لا قدرة لها
على منحه لك خالصاً نقياً وغير منقوص؟!
عندما يستجدي الإنسان عطف الأشياء المادية القصيرة الأجل
تعتمد سعادته على متع قصيرة الأجل.
الأشياء المادية والرضاء المتحصل من تحقيق الرغبات المادية
هي مؤقتة، وبالتالي فإن السعادة المتحصلة عن طريقها
هي أيضاً مؤقتة.
فالأكل وشم العطور والإصغاء للموسيقى
ومشاهدة الأشياء الجميلة ولمس الأشياء الممتعة
كلها مباهج سريعة الزوال
دوامها مقترن بدوام الإحساس بالذوق والشم
والسمع والبصر واللمس
أو إلى أن يضجر الفكر منها
وتستهويه منبهات أخرى.
لا تريد فرحاً عابراً
يترك وراءه غمّاً عند ملاشاته.
بل تتشوق إلى فرح لا يبرق للحظة ثم يختفي
وتحنّ لفرح لا يخبو ألقه
كالراديوم النقي الدائم الإشعاع.
ذلك الفرح لا وجود له إلا في الله
ينبوع كل فرح ومسّرة
الشمسُ تشرقُ كلّ يومٍ مرةً
لكنْ حضورُهُ دائمُ الإشراقِ
والكونُ يخضعُ للزوال إنما
هو الخلودُ الأبديُ الباقي
دام الفرح متجدداً في حياتكم

هذه الأرض المباركة التي وهبها الله لنا
ويريدنا أن نستمتع بمحاسنها
ونحافظ عليها
ونعتبرها نعمة لا ينبغي التفريط بها أو الإساءة إليها
فيها الكثير.. الكثير من العجائب والبدائع!
قمم تعلوها قمم
وطبقات فوقها طبقات
وسهول وسهوب
وبحار وأنهار
وغابات وأحراش
وصحاري تمتد إلى ما لا انتهاء في كل اتجاه.
إنها مسرح كوني
حيث تهجع الهضاب
وترقد الجروف الثلجية
وتشرئب الأشجار السامقة بأعناقها
وتستعيد المرتفعات الجرداء عهد الخضرة والنضرة
وتنطبع آثار الزمن في الصخور العملاقة.
من له القدرة على إعطاء المشاهد الأخاذة
والمرائي الباهرة لأرض الله هذه حقها من الوصف؟!
إنها تفعم القلب فرحاً
وتلهب الفكر بألف خيال
للتعبير عن ذاك الذي يعصى على الوصف!
إن التأمل بمحاسن الأرض يجعل إيمان المتأمل
يتجاوز قوانين الطبيعة إلى مشارف الوعي الأسمى
حيث الإبداعات لا تنتهي
ولا تقف عند حد
ولا تعرف النفاد.
ذات مرة قال أحد الأطفال:
"لا أعرف معنى أن يشعر الشخص بأنه لا شيء"
وهذا ما يحسه الناظر إلى عجائب الله
التي لا نظير لها، في أجزاء مختلفة من هذا العالم.
ومع ذلك يظن الإنسان أنه كل شيء..

الألف والياء
والبداية والنهاية
والقامة التي لا تعلوها قمة.
هناك مرتفعات تبعث على الدهشة
وأعماق تثير في النفس الرهبة
واتساع يذوب فيه الكيان
ووفرة كضوء النهار
ونيّرات تستحث المرء للنظر إلى أعلى
فيا ليت الإنسان يمتلك عيناً شاملة
ترى في كل اتجاه
ليدرك ما يحيط به من روائع الإبداع
المنتشرة كالدر المنثور
في أرض الله الواسعة لقوم يتأملون.
حقاً أن كل ما أبدعه الخالق يثير في النفس الدهشة
ويبعث على الإلهام.
كنوز شرقية - East-West Magazine
نسأله تعالى..
أن يبدد بأقباس المعرفة
ظلام الأوهام
وأن يغمر القلوب والعقول
بفيض من البركات والمدركات
وأن يتجلى حضوره الأبهى في النفوس
ويمتن عليها باليقين
بأنه الملجأ الأمين..
و يبدد غيوم الحيرة من سماء الروح
ويبعد عنا مشاعر القنوط
ويلهمنا الثقة بأن فجر السعادة سينبلج
والنفوس ستبتهج
وأن طيور السلام والفرح
ستشدو في خمائل الحياة
والمحبة ستهزم الكراهية
والأمل المشرق سيلاشي قتامة اليأس

وأن مسيرة الخير ستتواصل
وراية الحق ستبقى دوماً خفاقة
فوق صروح الفهم الودي
والمشاعر الإنسانية النبيلة.
يا طبيب القلوبِ منكَ الشفاءُ
فالنفوسُ سرَتْ بها الأدواءُ
لمسةٌ منكَ تبدد السمَّ والسقمَ
ويتحاماها الردى والبلاءُ
إسمكَ تعويذةٌ من الشرِ والضرِ
ودعاءٌ تصغي إليهِ السماءُ
إعداد و
التربية الصحيحة: أساليب وممارسات عملية
تشمل أساليب التربية الصحيحة تنمية البصيرة
ومحاولة النفاذ إلى مخزون العلم البديهي
الكامن في النفس وربط الوعي البشري به.
إن حياة واحدة لا تكفي
لمعرفة كل الأمور الروحية والمادية
باستخدام أساليب المعرفة التقليدية
وبالإعتماد على الحواس لا غير.
إن ممارسة التركيز الذهني والتأمل
يساعدان على تنمية وتطوير الملكة الحدسية
من خلال الإدراك اليقيني المباشر.
تطوير البصيرة يجب أن يبدأ في مراحل الطفولة المبكرة
إن أمكن
وإذا تعذر ذلك، فيمكن البدء في أي وقت.
وبالإضافة إلى ذلك
يتعين مساعدة الأطفال والأحداث، قدر الإمكان
بتلقينهم أساليب التربية السليمة، من خلال
توجيه أفكارهم نحو المثل العليا
وتغذية مشاعرهم بالأحاسيس النبيلة
وتعليمهم احترام الواجب
والتعامل بصدق وكرامة وأمانة مع أنفسهم ومع الآخرين.

ومن الأمور الهامة في مجال التهذيب الذاتي:
السير والجلوس بحيث يكون العمود الفقري منتصباً
لتسهيل انسياب النشاط الحيوي في الجسم دون عائق
وتعلّم واستخدام التركيز العقلي لتنمية الحكمة الذاتية
وممارسة التفكير الخلاق
والقيام بالواجبات برغبة صادقة
والتمييز بين المعقول واللامعقول
والحقيقة والوهم
وتوسيع نطاق المحبة..
من محبة الذات إلى محبة الأسرة
ومن محبة الأسرة إلى محبة المجتمع
ومن محبة المجتمع إلى محبة الوطن
ومن محبة الوطن إلى محبة العالم
ومن محبة العالم إلى محبة الله.
ومع نموهم الروحي
سيتمكنون من نشر الخير والحق في كل مكان.
وسيبدد نور الخير الذي يشع في داخلهم
ظلام الشر من حولهم
بعونه تعالى.
التواصل الروحي مع الأحبة الراحلين عن هذا العالم
إن رغبت بإرسال أفكارك لأحبتك الذين غادروا هذا العالم
أجلس بهدوء في حجرتك وتأمل على الله.
وعندما تشعر بسلامه في روحك
ركّز بعمق على مركز الوعي الروحي في الجبهة
والذي هو مركز الإرادة.. في النقطة التي ما بين الحاجبين
وابعث بمحبتك لؤلئك الأعزاء المفارقين.
تصوّر في ذلك المركز الشخصَ الذي ترغب في التواصل معه
وارسل إلى روحه اهتزازات الحب والأماني الطيبة والتشجيع.
إن فعلت ذلك على نحو متواصل
ولم تفقد زخم اهتمامك بذلك الشخص العزيز

سيحصل بكل تأكيد على اهتزازات أفكارك.
فالمفارقون لا ينسون أحبتـَهم على هذه الأرض
تماماً مثلما لا ينساهم أحبتـُهم
ووعيهم يبقى محتفظاً بذكرى أعزائهم
الذين خلفوهم على هذه الأرض.
وعندما ترغب في الحصول على استجابة من أولئك الأحبة
ركّز على القلب، ومتى بلغ تركيزك عمقاً كافياً
قد يظهرون لك أولاً في الأحلام، وهذا مستطاع بالنسبة لهم.
أحياناً قد تشاهد نفس الحلم على نحو متكرر
فليس كل الآحلام لا معنى لها.
وإن كان فكرك هادئاً ومتناغماً
ستعلم أن أحدهم يحاول التواصل معك عبر الحلم.
ومع التقدم الروحي قد يظهر أحباؤك لك في الرؤى أثناء التأمل.
وعندما يصبح الشخص على درجة عالية من التقدم الروحي
سيتمكن من رؤية تلك النفوس الراحلة أمامه
وهناك أمثلة عديدة على مثل هذه الحالات.
لكن التقدم الروحي الفعلي يجب أن يحصل أولاً.
من يتأمل بعمق على الله
سيريه الله كل هذه الأمور.
وبدلاً من التحسر والبكاء والإحساس بالخسارة بعد موت الأحبة
يجب أن نرسل لهم المحبة التي سيحسّون بها
ويبادلوننا نفس الإحساس.
لكن يجب أن لا نسحب روح المفارق إلينا سحباً
من خلال مشاعرنا غير المعقولة
والتعلقات الأنانية والحزن العميق.
يكفي أن نقول للمفارق "أحبك".
ارسل أفكار المحبة والأماني الطيبة للمفارقين
كلما شعرت بالرغبة للقيام بذلك
ولكن مرة واحدة في السنة على الأقل - في ذكرى معينة.

وقل لهم فكرياً:
"سيجمعنا الله مرة ثانية
وسنواصل تنمية محبتنا وتعزيز أواصر المودة ما بيننا"
إن أرسلت لهم أفكارك الودية الآن باستمرار
فبكل تأكيد ستلتقي بهم يوماً ما بعونه تعالى
وستدرك أن هذه الحياة الأرضية ليست كل ما هنالك في الوجود
بل هي مجرد حلقة واحدة في سلسلة علاقتك الأبدية
مع أحبتك المفارقين
رحمهم الله وغمرهم بنوره ورضوانه.
ملاحظة: هذه الطريقة لا علاقة لها البتة بجلسات تحضير الأرواح التي لا ننصح بها، ولذلك اقتضى التنويه.
التخلص من الإعياء
ملاحظة: هذه المعلومات والنصائح ليست بديلاً عن الإستشارة الطبية، ولذلك اقتضى التنويه.
يجب شمل الزبدة والحليب في الغذاء.
إنما ينبغي تناول الحليب بمعزل عن الوجبات
ومن الأفضل عدم شربه مع الطعام.
للحليب خاصيات مليّنة مفيدة
لكن الحليب يتسبب بإنتاج المادة المخاطية
التي لا تناسب الذين يعانون من مشاكل في الجيوب الأنفية
أو من الرشح والزكام.
وهذا ينطبق أيضاً على عصير البرتقال
بالنسبة للذين يعانون من هذه الحالات.
كثيرون ممن عانوا منها وجدوا – استجابة لنصيحتي –
تحسناً كبيراً بحذف عصير البرتقال من غذائهم
(أثناء معاناتهم من تلك الحالة).
ومع أن لعصير الليمون الحامض خصائص تعقيمية رائعة
لكنه بالمثل يزيد التهاب الجيوب الأنفية تفاقماً.
لا يوجد أكثر إشباعاً (سداً للجوع) من الخبز المصنوع
من دقيق القمح الكامل الحديث الطحن.

ومع ذلك فعلى الأشخاص الذين يعانون من البلغم تلافي النشويات
وبالإمكان تناول خبز القمح الكامل بعد تحميصه جيداً.
الإمساك هو سبب آخر للإعياء، وله علاقة بتجمّع السموم في الجسم
ويؤثر على استخلاص الطاقة من الطعام.
إن كنت تعاني من الإمساك، استخدم مليّناً طبيعياً إن أمكن.
وإن أبقيت الجسم خالياً من السموم (الفضلات) فلن تشعر بالإرهاق.
السموم المترسبة في الجسم هي التي تجعل الشخص يشعر بالتعب.
كما أن العقاقير والمخدرات تسبب الشعور بالوهن.
الأفيون المخدر على سبيل المثال يسلب متعاطيه روح المبادرة
فلا يرغبون بعمل أي شيء سوى الهذرمة والنوم والأحلام.
ومن أكثر الطرق فعالية للتخلص من الشعور بالإعياء
هو المحافظة قدر الإمكان على الحيوية الجنسية
لأن الإفراط بتلك الممارسة هو تفريط بالطاقة الخلاقة
ويتسبب بفقدان كمية كبيرة منها، على المستويين الجسدي والعقلي.
سأل المريد مرشده:
ما هو تفسيرك للكيان الروحي والدراية به يا سيدي؟
فأجاب المرشد:
الكيان الروحي هو المعرفة الواعية بالمدركات والقوى الروحية
تماماً مثلما تشعر الكائنات البحرية بأنها مغمورة في الماء
وطيور السماء بأنها يكتنفها الفضاء.
وهو استخلاص الطاقة الحيوية من أثير الروح
والشعور بفيض من العافية والنشاط ينساب إلى الجسم
فينعش الخلايا بإكسير الحياة ويجددها تجديدا.
ثم سأل المريد:

وما هو السبيل للحصول على ذلك الإختبار؟
فأجاب المرشد:
عن طريق التأكيد الذاتي بأنك ذو طبيعة روحية
وأن الكيان المادي، بالرغم من حقيقته النسبية
إلا أنه الغلاف الخارجي لجوهر الروح
وبأن ماء الحياة الذي هو سلسبيل الغبطة
يسري في أعصابك فيحدث لك نشوة ونشاطاً ويقظة.
ويستزيد المريد قائلاً:
وما هي العوائق في سبيل بلوغ تلك الحالة؟
فيوضّح المرشد:
تلك العوائق تكمن في الأفكار الناشزة والمشاعر المريرة
والمؤثرات السلبية التي هي بمثابة الأعشاب المتطفلة الضارة
حول نبتة الروح.
ولذلك يتعين تعزيل حقل الوعي وتنقيته من كل الشوائب
واقتلاع أشواك الشكوك من تربته، وتخصيبها بالإيمان الحي
والشوق العميق ونقاء القصد والنية الحسنة.
وهناك نباتات لا مادية سامة ينبغي استئصالها
مثل الحقد والخبث والحسد والغيرة والخوف وغيرها من العواطف
المدمرة، وغرس بذور المحبة والثقة والفهم والنبل والأمانة مكانها.
ثم يسأل المريد:
وما هي الطريقة الأنسب للتعامل مع مشاكل الحياة؟
فيجيب المرشد:
لكل قفل مفتاح ولكل مشكلة حل
ومن يمتلك الذكاء والتمييز والجرأة والأناة
والثقة بالعون الإلهي فسيعثر على الحل لأية مشكلة.
ولا تنسَ أن كل مسألة عويصة تعترض سبيلك هي اختبار لقوتك
واستنهاض لهمتك.. ومع التغلب على كل مشكلة ترتقي خطوة

على سلم الحياة نحو إنجازات كبيرة في انتظارك.
فتعامل مع الظروف الصعبة على هذا الأساس
وستجد أنك تكسب فهماً وقوة وفرحاً
بتخطي العوائق وقطع مراحل جديدة على الطريق.
واعلم زادك الله علماً أن كل ما تحتاجه موجود في داخلك
وإن طلبت العون الرباني بتواضع وصدق ستحصل عليه
وستُفتح عليك أبواب الخير وخزائن الأنوار.
كنوز شرقية – تأملات واسترشادات
East-West Inner Culture
مصدر الطمأنينة والنور
قال المعلم في معرض حديثه عن الإحساس بالحضور الإلهي:
إن عاش الإنسان في غفلة عن الله
دون ملامسة حضوره
فستكون حياته محفوفة بالمخاطر
وعرضة للمشاكل والأزمات المستعصية
إلى أن يولّد به الألم الرغبة والتصميم
للتعرف على سر الأسرار ومصدر الطمأنينة والنور.
وبالتعرف على السر الأعظم
يعرف معنى الحرية والسعادة والجمال.
يجب أن يغيّر الإنسان محور حياته ومرتكز وعيه
من المادة إلى الروح
ومن "الأنا" ذات القيود
إلى البُعد الوجداني غير المحدود..
وسيدرك عندئذ أنه كان وما زال
في حضن الأبدية الدافئ الحنون.
كما يتعين عليه العمل على تسريع الفهم
من خلال التعمق في التفكير
ومضاعفة المجهود
وعندما يلامس الحضور الإلهي
سيتغلب على كل العوائق والعقبات
التي تعترض سبيله وتحول دون تقدمه.

لن يكون الإنسان بعد الموت
أقرب إلى الله مما هو الآن
فمدى إدراكه له بعد الموت
يتوقف على مقدار معرفته به الآن.
لا حاجة للتسويف والتأجيل!
فالتفكير بالله مصدر كل سعادة ومحبة وخير
يجعلنا على تماس مباشر مع تلك العناصر المباركة
ويغمرنا بفيوض الرحمن.
يجب أن نُدخل العنصر الروحي إلى أعمالنا
وأن نقوم بالأعمال التي تؤدي أفضل خدمة للآخرين.
الشخص الذي يجعل هدفه الخدمة بدلاً من جمع المال
سيجد أن حياته بكاملها قد تغيّرت نحو الأفضل
ولن يُترك وحيداً، بل سيأتيه العون من حيث لا يحتسب.
معظم الناس غير قادرين على إحداث التوازن المطلوب
بين حياتهم العملية والروحية.
الروحاني يحتاج إلى المال
والدنيوي لا يستطيع العيش بسعادة بدون الله.
الروحاني يعمل ولسان حاله يقول:
"الله يمنحني القوة ويمدني بالعزيمة"
فيزداد قوة ويبارك الله جهوده.
والدنيوي يعمل أيضاً ولكنه يقول:
"أنا الذي أقوم بكل هذا بمفردي وليس لأحد فضل عليّ"
فيجلب على نفسه نتائج غير متوقعة
ويقع في محاذر.
جميع النشاطات العملية
سواء كانت لأغراض مادية أو روحية
يجب أن تقوم على أسس سليمة
وتخضع لرقابة الضمير وميزان العقل.
التوازن مطلوب في كل ما نقوم به
لأن انعدامه يعني الشقاء ووجع القلب والرأس.
إن قام أحدهم بتوجيه دعوة إلى مجموعة من الفقراء
دون امتلاكه المال الكافي لشراء مستلزمات الوليمة

فهذا يعني نقص في التمييز
وعدم القدرة على التخطيط السليم.
يجب أن نفهم طبيعة النظام العام الذي يتحكم بأعمالنا.
من الخطأ استغلال الروحيات للترويج لمصالح شخصية
مع أنه من المستحسن استعمال الأساليب العلمية
لنشر وتعميم التعاليم الروحية السليمة.
هناك قانون كوني لبلوغ السعادة.
هذا القانون ثابت لا يتغيّر
وهو دائم العمل ومضمون النتائج.
واتّباع أو مراعاة ذلك القانون
يعني امتلاك السعادة بكل تأكيد.
في تعريفه للسعادة، قال المعلم برمهنسا:
السعادة الحقيقية ترتكز أساساً على الحالة النفسية للشخص.
القناعة والرضاء والسلام والطمأنينة هي من علامات السعادة.
يجب أن يعمل المرء على امتلاك الصحة الجيدة
والعقل الفعّال
وضرورات العيش
والعمل المناسب
والتمييز الحصيف
والفهم الصحيح.
ويجب أن لا يسمح لنفسه
بالإستسلام للبيئة أو للظروف غير الصحيحة.
غالباً ما ينسج الإنسان شرانق تقيّده
ويَحبك حبالاً تربطه
ويتعين عليه إدراك مسببات تلك القيود
عله يستأصل العدوى البطيئة السريان
من عقله ومن جسمه.
هذا من شأنه أن يُحدث تجديداً نفسياً
يمهد للسعادة ولبزوغ الإدراك الروحي على أفق حياته
وإيقاظ القوى الحيوية في داخله..

يجب ابتعاث الوعي من حضيض الجهل
إلى ذرى الفهم والمعرفة.
وبالرغم من إيمان المرء بقواه النفسية
لكن للبيئة الشريرة تأثيراً شفافاً
قادراً على تقويض حصنه الذاتي
وحرمانه من السعادة التي ينشدها.
لذلك عليه أن يبذل كل مجهود
لخلق البيئة السليمة والمناسبة للسعادة
وأن يطلب الفرح الروحي الدائم
بدل المتع الحسية الزائلة.
وإن رغب في التخلص من عادة سلبية تسلبه سعادته
فيجب أن يتحاشى كل ما من شأنه
أن ينبه أو يوقظ تلك العادة
ثم يزرع عادة طيبة بدلاً منها
ويتعهدها بمجهود نفسي جاد
حتى تصبح جزءاً لا يتجزأ من حياته
ومتى ما ترسّخت وأصبحت قوية
ستضعف العادة السيئة
وترخي قبضتها الماسكة
وسيشعر بسعادة لم يعهدها من قبل.
إضاءات ويقينيات
تعاليم المعلم برمهنسا يوغانندا
الحياة بجوهرها ومكوناتها وأهدافها
هي لغز صعب فهمه لكن لا يعصى على الحل
وبتفكيرنا التقدمي نقوم يومياً بحل بعض أسرارها.
الأجهزة القائمة على أسس علمية دقيقة في هذا العصر
تبعث بكل تأكيد على الإعجاب
والإكتشافات التي يأتي بها العلم تمنحنا رؤية أوضح
عن الطرق التي يمكن بواسطتها تحسين العيش.
لكن بالرغم مما لدينا من أجهزة ومخترعات واستراتيجيات
يبدو أننا ما زلنا كالدمى في يد القدر
وأن الطريق لا يزال طويلاً أمامنا

قبل أن نتحرر من سيطرة الطبيعة.
بكل تأكيد أن العيش تحت رحمة الطبيعة ليس حرية
فعقولنا المتحمسة يطغى عليها ويكبلها إحساس من العجز
عندما نشعر أننا ضحايا الفيضانات أو الأعاصير أو الزلازل
أو عندما تختطف منا الأحداث – دون سبب منطقي
أحبتنا القريبين من قلوبنا
فندرك عندئذ أننا لم نحقق الكثير من الإنتصارات
ولم نتمكن من التغلب على الظروف المعاكسة
إذ بالرغم من كل جهودنا لجعل الحياة كما نريدها أن تكون
ستظهر دوماً ظروف معينة على هذا المسرح الأرضي
وأحداث يوجهها عقل جبار لا نعرف عنه الكثير
يعمل بمعزل تام عن آرائنا وإرادتنا
وأفضل ما يمكننا القيام به هو العمل وإدخال بعض التحسينات.
إننا نزرع القمح ونصنع الطحين
لكن من الذي خلق البذرة الأولى؟
نأكل العيش أو الخبز المصنوع من الطحين
ولكن من الذي منح أجسادنا القدرة على الهضم
وتحويل الطعام إلى غذاء؟
في كل ركن من أركان الحياة
يبدو أن هناك يداً إلهية لا غنى عنها
ولا يمكننا تسيير أمورنا بدونها
وبكل ما نملكه من يقينيات
لا نعرف متى سيتوقف القلب عن أداء وظيفته.
من هنا تبزغ ضرورة الإتكال الجريء
على القوة الإلهية العظمى
والإعتماد على ذاتنا العليا
المنبثقة عن تلك القدرة الكلية
التي نحن مصاغون على مثالها.
يجب أن نمتلك إيماناً متحرراً من الكبرياء
وأن نسير بثقة على دروب الحياة
دون ذعر وارتعاد

ودون ضيق وانحصار.

التعامل مع الحساسية

التغلب على الحساسية هو من الفنون الدقيقة، والتحكم بسرعة التأثر أمرٌ مهم من أجل تنمية شخصية وازنة متوازنة.

تنجم الحساسية عن سوء الفهم وعقدة النقص، وعن الكبرياء المنتفخة و (الأنا) المضخمة.

عندما يفكر الشخص بأن مشاعره قد تعرضت للرضّ تسري تلك الفكرة في عقله فتثير أعصابه التي تتوفز بدورها وتتمرد.. فتشتعل نيران الغضب في قلبه بسبب المشاعر المرضوضة، ومع ذلك هناك أشخاص لهم القدرة على التحكم بانفعالاتهم فلا تظهر أعراضها بالرغم من احتدام الغيظ في داخلهم. آخرون يظهرون انفعالهم من خلال ردود فعل فورية تبدو في عضلات العينين وقسمات الوجه، ومن خلال ردود لفظية قاطعة كالشفرة.

إن للتأثر المفرط مضاعفات خطيرة، فهي تزيد الموقف تعقيداً وتخلق اهتزازاً غير مستحب يؤثر سلباً على الآخرين.

يجب بذل المجهود لضبط النفس والتحكم بالأعصاب، ونشر هالة من الفهم والتفاهم تشحن الجو بالسلام بدل الإحتدام وتبدد منه أبخرة التوتر. ومن يفعل ذلك يكون سيد نفسه وسيكافئه الآخرون من حوله بالتقدير والإحترام.

الحساسية المفرطة ميزة يشترك فيها معظم الناس، وعندما تثور هذه العاطفة غير المنطقية فإنها تعمي البصيرة وتسمل عينيّ الحكمة. والأدهى من ذلك، فإن الشخص سريع التأثر يظن أنه يفكر ويشعر ويتصرف على نحو سليم لا غبار عليه، مع أن سلوكه قد يكون مغلوطاً جملة وتفصيلا!

كثيرون يعتقدون أنه يتعين عليهم الإشفاق على أنفسهم عندما يوجه لهم النقد، وذلك التعاطف الذاتي يجلب لهم بعض التنفيس. لكن مثل هؤلاء كمدمني المخدرات، كلما تعاطوا جرعة جديدة كلما زاد إدمانهم.

إن الشخص سريع التأثر غالباً ما يتألم دون طائل. وفي معظم الأحيان لا أحد يعرف سبب معاناته أو طبيعة تظلمه، فيزداد حسرة في عزلته الداخلية التي يفرضها على نفسه

بنفسه. لا يمكن تحقيق شيء بالاجترار الصامت لما يعتبره الشخص إساءة تعرّض لها أو نقداً وُجّه إليه.

من الأفضل التخلص من مسببات تلك الحساسية المفرطة بالتحليل الموضوعي وبتفعيل ضبط النفس.

لهذا النوع من الحساسية غير الصحية أضرار بالغة، فهي تلتهم القلب كالنار وتدمر أنسجة السلام، ولذلك يتوجب التعاطي معها بحكمة ومنطق وإرادة حازمة.

التحرر من الضعف

إن أفضل طريقة للتخلص من الضعف

هي عدم التفكير به

وإلا ستكتسح فكرة الضعف الوعي وتستبد بملكات النفس

عندما نجلب النور إلى داخلنا

ستتبدد الظلمة كما لو لم تكن.

تلك الفكرة تجلب لي إلهامات رائعة

عندما يتم إدخال النور

إلى كهف استوطنته الظلمة منذ آلاف السنين

ستتبدد الظلمة على الفور

وبالمثل، تتلاشى نقاط الضعف ومعها الأخطاء

عندما نسمح لنور الله بالدخول إلى وعينا

ولن تتمكن ظلمة الجهل من البقاء

تلك هي الفلسفة التي يجب أن نحيا بموجبه.

التسويف لا يجدي نفعاً

فدولاب الحياة لا يتوقف

وأيام العمر تمضي متسارعة

وكل دقيقة نصرفها في التفكير النيّر والتصرف السليم

هي استثمار ناجح ورابح في مجال سعادتنا

كثيرون يصرفون العمر كله

بالتفكير في المال والجنس والشهرة

ونادراً ما يركّزون على الأمور الجوهرية

التي تجلب لهم الطمأنينة

وترفع وعيهم إلى مستويات أعلى

مهما كان الدور الذي يلعبه الإنسان متواضعاً

فإنه يعتبر ناجحاً في نظر الله

إن هو عرف كيف يصرف وقته بحكمة

ويوجّه أفكاره في مسارات صحيحة

عندما يشرق نور الله على الإنسان

لا يشعر أنه بحاجة لشيء

لأن الفرح الذي يغمره

يحقق كل أحلامه

ويجعله يحس في قرارة ذاته

أنه أغنى الأغنياء وأسعد السعداء

في هذه الحياة

نفق النور

من يتيقظ به الوعي الروحي

بالأفكار النيرة

والأعمال الخيّرة

والمشاعر الطيبة

والتأمل العميق

يمكنه الإحساس بمغادرته الجسد

وقت الرحيل النهائي

عن طريق العين الروحية

اليوغي يمارس أثناء إقامته الأرضية

رؤية نفق العين الروحية

عند الحد الفاصل

بين المادة والروح

ويستطيع لحظة مغادرة الأرض

دخول هذا النفق المضيء

والإنتقال من هذه الدنيا

إلى فضاء الله اللامتناهي

حيث النور

والفرح

والسلام

والحرية المطلقة

مصباح الجسد هو العين (الروحية).

فإن كانت عينك (وحيدة) If thine eye be single

فإن جسدك كله يكون مليئاً بالنور.

{والنور يسطع في الظلام والظلمة لم تعرفة}

الإيثار

الإيثار هو أن نشعر بأحزان الآخرين
وأن نقترب منهم ونتواصل معهم
ونحاول صادقين تعزيتهم في مصابهم
وأن نفرح لفرحهم
ونعمل على قدر طاقتنا
لإبعاد شبح الخوف والعوز والقلق عنهم.
إن من يعمل على إسعاد الآخرين
يسعده الله بإحساس باطني من الراحة النفسية
وإن فقد شيئاً في سبيل الذين يحاول مساعدتهم
لا يحسبها خسارة لأنه يكسب في المقابل
رضا الله وراحة الضمير
فهو يعيش ليحب ويعمل ويعطي
ويزرع بذور الخير والسلام في حقول الإنسانية
ويتجاوز في تفكيره وأحاسيسه عالمه الشخصي
فيتمدد وعيه ويزداد تعاطفه
ويشعر أن العالم بيته والإنسانية أسرته
ويدرك أن الغاية من وجوده على هذه الأرض
هي إصلاح ذاته قبل أن يحاول إصلاح الآخرين
لأن من يصلح ذاته يساعد الآخرين
على إصلاح أنفسهم من خلال مثال حياته
فالأفعال أعمق أثراً وأبلغ وقعاً
في نفوس الآخرين من الأقوال.
من يمتلك روح الإيثار
لا يعمل وفق حسابات وتوقعات محدودة
بل يستخدم بصيرته وحكمه الصائب
ويمضي في مساعدة نفسه والآخرين
شاكراً الله على ما يحققه من نجاح
وإن أخفق مرة أو مرات
لا يشعر بالإحباط بل يزداد تصميماً
فيضاعف الجهود ويكرر المحاولة

مستكشفاً أفكاراً وقنوات جديدة
مسترشداً بنور العقل
مستعيناً بالله
إلى أن يحقق مبتغاه
ويبلغ مقصده النبيل.
إضاءات شرقية - غربية
من تعاليم الحكيم برمهنسا يوغانندا
إعداد و
الفكر هو قوة كالكهرباء
والحالات النفسية
تعود إلى الفكر وطريقة التفكير.
الكهرباء نافعة وضارة في آن
فمن يحسن التصرف بها
يضعها في خدمته
وإلا فقد تصعقه.
وكذلك الفكر أيضاً
إن تم توجيهه في مسارات صحيحة
يجلب لصاحبه السعادة
وبخلاف ذلك يجلب له المتاعب.
الفكر كالحصان الجامح
ومع ذلك ليس ترويضه بالأمر المستحيل
والتفكير الإيجابي هو أحد طرق التحكم بالفكر.
الفكر السليم صديق حميم
والفكر السقيم عدو مقيم.
الفكر السليم يجذب السلام والسلامة
والفكر السقيم يطلق سهاماً فتاكة
فترتد على صاحبها مضاعفة
ولذا قيل الجزاء من نوع العمل.
وما دام المرء يبعث بنوايا الخير
ستتحول أفكاره إلى مشاعل
تنير حجرات النفس
وتطرد أكداس الظلام

فيشعر إذ ذاك براحة عميقة
وتشع عيناه بابتسامة الرضى!
الحياة هي كالمطحنة التي تطحن
حبوب الاختبارات والتجارب المثمرة
لتصنع منها خبز الحياة.
وهي كطريق متعرج
على جانبيه أزهار ناضرة
وفراشات زاهية
وأشجار على أغصانها ثمار شهية
ومع ذلك نادراً ما نتوقف
لنستمتع بمنظرها وتذوق عذوبتها
بل غالباً ما نكون على أحر من الجمر
للوصول إلى مساحات أوسع
نظن أن فيها مناظر أكثر بهجة مما رأيناه.
لكن مع ابتعادنا التدريجي
عن الدروب المزهرة المثمرة
نجد أشجاراً فيها من القتامة
أكثر مما فيها من النضرة
ثم تختفي الزهور
ومعها الفراشات وأيضاً الفواكه
لنجد أنفسنا بعد ذلك في بلقع الصحراء.
حياة الإنسان هي كمياه البحار
التي تتنقى وتصبح عذبة
فقط عندما تصعد إلى الأجواء العليا.
وهي كحلم الصباح
تزداد إشراقاً مع تقدم سني العمر
والسبب هو أن الأشياء تبدو عندئذ أكثر وضوحاً وصفاءً.
وهي كالرحلة من حيث تغيّر المناظر مع قطع المسافات
ثم تتغير نفس المناظر كلما اقتربنا منها، وهكذا دواليك.
الحياة لا تخيّب أمل الحكماء
إذ يتعاملون معها بحنكة ويستمتعون بها
دون السماح لها بالإستحواذ عليهم وسلبهم حريتهم.

فهم على سبيل المثال يستمتعون بالماء..
يشربونه ويغتسلون به، لكن لا يسمحون لأنفسهم بالغرق فيه.
وهم يستمتعون بالملابس التي تروق لهم
دون تقيد زائد بالرسميات والشكليات التي تعتبر من السطحيات.
ويتلذذون بتناول الطعام دون السماح للشـَره بأن يأكلهم
لأن الإفراط في تناول الطعام ينهك القوى
وينهش المدركات
ويفتك بها فتكاً ذريعاً.
وهكذا.. يجب أن يتمتع الإنسان بالحياة
إنما دون إنهاك الحواس بالإنغماس.
التوافق مع الآخرين
لا يعني موافقتهم على كل شيء
أو تضحية المُثل من أجلهم
لأن هذا الأسلوب من التوافق غير مستحب
ولا ينسجم مع الحق.
فالمصلحون والعظماء لم يتوافقوا
مع كثيرين من الناس من حولهم
ومع ذلك احتفظوا بمَثلهم الأعلى
لأنهم أدركوا أن ما كانوا يقومون به
كان عين الصواب.
يجب عدم المساومة على مبدأ
وعدم اللجوء إلى نوايا مبيتة لتحقيق غرض ما
لأن ذلك لا يليق بالمبدئيين.
من يستطع العيش بكيفية ترضي الله
ولا تلحق الأذى بالغير فلا خوف عليه.
أولاً وقبل كل شيء يجب التوافق مع الله
ثم مع الضمير ومن بعدها مع الناس.
أما إن لم يُرضِ هذا النهج الآخرين
فيكفي أن يكونَ المرء مرتاحاً في داخله
ويشعر بطمأنينة ذاتية تغنيه عن رضى الناس.

المغناطيسية الروحية
إن قوة النفس ورغبتها في التوجّه إلى الله تدعى مغناطيسية روحية، وبهذه المغناطيسية تجذب النفس لذاتها بركات واهتزازات رفيعة وكل التجارب البشرية الطيبة التي تذكـّرها بالخير والصلاح.
المغناطيسية الروحية هي القوة التي بواسطتها يجذب ويجلب الشخص إلى نفسه أصدقاء طيبين وأشياء ضرورية وهامة ومعرفة بديهية للأمور.
وهذه القوة مستمدة من قوة الله المغناطيسية الجاذبة.
شمعة السلام
خذ وعاء عقلي
واملأه بسلامك.
خذ قارورة مشاعري
واملأها برحمتك.
خذ سلة روحي الفارغة
واملأها بثمار حكمتك.
اسكب مياه محبتك في روحي
علني أصبها في أكؤس عطاش الروح.
اهدم جدران الأنا
واغمرني بحضورك الكلي.
إن شعاع فجر المحبة
ليطل من فتحات قلبي
فيذكرني بنور شمس حبك
المنتشر في سماء حياتي.
لقد أشرق سطوع حبك الباهر
على نفسي فاستنارت
وملأ نورك فضاء روحي.
أنت الحياة التي تعيل جسدي
والعقل الذي يلهم أفكاري
والحكمة التي تبدد جهلي.
إنني أضيء شمعة حبي النحيلة
لأقرأ الكتاب الذهبي

المحفوظ في داخلي منذ القِدم.
حبك كان ولم يزل
شمعة السلام غير المنظورة
التي تبدد الظلمة وتريني رسائلك
المدونة على صفحات القلوب.
عالم جديد: #برمهنسا يوغانندا

الترجمة: محمود عباس مسعود

عندما تحاول اختبار معتقداتك الروحية ينفتح أمامك عالم جديد. المجهود الذاتي ضروري للتعرف على الله. قد تشعر أنك متدين للغاية ويكون عقلك راضياً بذلك. ولكن ما لم يقتنع كيانك بأن صلواتك تحصل على استجابة مباشرة فلا يمكن لأي مقدار من الشكليات الدينية تخليصك. وبالرغم من صعوبة الحصول على استجابة الله، غير أن ذلك مستطاع. ولكي تضمن وصولك الفعلي إلى السماء يجب أن تختبر قوة صلواتك حتى تتمكن من تفعيلها. عندما كنت لا أزال صبياً عقدت العزم على أن صلواتي ستستجاب كلما توجهت إلى الله بالدعاء. ذلك التصميم الراسخ هو الطريق. عندها سيأتي كل امتحان لفلّ عزيمتك وشل إرادتك، لكن قدرة الله في الاستجابة هي غير محدودة. متابعة الجهود والاستخدام المتواصل للإرادة سيجلبان استجابة الله.

يجب معرفة الطريقة الصحيحة لتركيز العقل. ومن المهم امتلاك الوقت الكافي للخلوة والتأمل على انفراد. الاختلاط الدائم بالآخرين يعيق النمو الروحي. معظم الناس كالإسفنج، يمتصون كل شيء منك ونادراً ما تحصل على شيء منهم. طبعاً من المفيد أن تكون مع الآخرين إن كانوا مخلصين روحياً وأقوياء. وإن كان كل واحد على درايةٍ بقوة وإخلاص وإرادة الآخر يتم تبادل المزايا الروحية النبيلة فيما بينهم.

يجب عدم صرف الوقت في الأشياء التافهة. كثيرون يشغلون أنفسهم بأمور عقيمة، وإذا سألت أحدهم عما كان يفعله يجيبك: "كنت مشغولاً كل الوقت!" ولكنه بالكاد يتذكر شيئاً من ذلك "الشغل"! كذلك فإن كثرة اللهو والتسلية توهن القوى

النفسية. إن شاهدت كل يوم الأفلام السينمائية فأنها ستفقد جاذبيتها وستشعر بالسأم. فالأفلام هي ذاتها بأدوار مختلفة: أحباب، مغامرات، أبطال، أوغاد..الخ. قد نستمتع بمشاهدة أحداث قصة سينمائية، ولكن الحياة نادراً ما تكون كذلك. من ناحية أخرى، لو كانت واقعية لدرجة كبيرة، فمن الذي سيرغب في رؤية المزيد من فصول الحياة كما هي عندما يذهب ليرفه عن نفسه؟

الحياة مخادعة للغاية ويجب أن نتعامل معها على هذا الأساس. وإن لم نتغلب على خداعها وأوهامها أولاً فلن نتمكن من مساعدة أي شخص آخر. في خلوة العقل المركـّز يكمن مصنع كل الإنجازات العظيمة. تذكر ذلك. وفي هذا المصنع العجيب انسج أنماط إرادتك باستمرار من أجل التغلب على كل الصعوبات المعاكسة. درّب إرادتك ومرّنها على الدوام. لديك الكثير من الفرص للعمل في هذا المصنع ليل نهار ما دمت لا تضيّع وقتك وتهدر طاقاتك سدىً.

إنني أنسحب في الليل من مطالب الدنيا لأكون مع نفسي، بعيداً كل البعد عن العالم، وحيداً مع إرادتي في خلوتي الروحية، حيث أسيّر أفكاري في الاتجاه الذي أرغبه، وأتخذ القرار في قرارة نفسي . عندها أستحث إرادتي للقيام بالنشاطات السليمة النافعة تخلق لي النجاح. بهذه الكيفية استخدمت إرادتي استخداماً فعّالاً مرات عديدة. ولكن ذلك لا يتحقق ما لم يكن استخدام الإرادة متواصلا.

أي شعور رائع ستحس به عندما تتمكن من القول ومن التأكيد "إن إرادتي المشحونة بالإرادة الكونية ستحقق لي ما أبتغيه!" إذا تهاونت وأوكلت كل شيء للإرادة الإلهية دون استخدام إرادتك الموهوبة لك من الله فلن تحصل على النتيجة التي تتوخاها. القوة الإلهية تريد أن تساعدك من تلقاء ذاتها. لا حاجة لك للاستعطاف والتودد، بل ما ينبغي عليك هو استخدام إرادتك كي تطلب وتطالب – كوريث شرعي، وكي تتصرف كذلك. يجب أن تطرد من ذهنك التفكير بأن الله بجبروته وقدراته الخارقة بعيد عنك ومحتجب في أقاصي السماء، وبأنك وحيد

وسط الهموم والمصاعب في هذه الأرض. لا تنس أن الإرادة الإلهية تكمن خلف إرادتك البشرية، ولكن تلك القوة الجبارة الشبيهة بالمحيط الزاخر في مدها ومددها لن تأتيك ما لم يكن عقلك متفتحاً وقلبك متقبّلاً.

ا لعصبية: أسبابها وعلاجها

العصبية هي داء يمكن التغلب عليه بدواء محدد إسمه الهدوء. الخلل في التوازن النفسي الذي ينتهي باضطرابات عصبية سببه حالات من الإثارة المتواصلة أو التنبيه المفرط للحواس. الإنغماس في الهموم والخوف والغضب والمشاعر السوداوية والندم والحسد والحزن والكراهية والسخط والقلق وعدم توفر ضرورات العيش الطبيعي السعيد، كالغذاء الصحيح والتمرين الملائم والهواء النقي وأشعة الشمس والعمل المناسب وغاية محددة للحياة.. كلها من مسببات الأمراض العصبية.

إن أية إثارة عقلية، عاطفية، أو جسدية عنيفة أو متواصلة تسبب الإزعاج لدرجة كبيرة وتحدث خللاً في الإنسياب المتوازن لقوة الحياة عبر الحواس الخمس وأدواتها. لو وصلنا مصباحاً طاقته خمسون واطاً بمصدر كهربائي طاقته ألفا فلطاً لاحترقت اللمبة. وبالمثل فإن الجملة العصبية لم تـُخلق لتحمُّل القوة المدمرة للعواطف العنيفة أو الأفكار والمشاعر السلبية المتواصلة.

العصبية ليست مشكلة بسيطة. إنها عدوّ قتال، مضاعفاتها جسيمة ونتائجها بعيدة المدى. من الناحية الجسدية، من الصعب شفاء أي مرض ما دام يتفاقم بالعصبية. أما روحياً، فإن اختلال قوة الحياة في الجسد تجعل التركيز أو التأمل العميق من أجل إحراز السلام والحكمة صعباً للغاية.

لكن لحسن الحظ العصبية قابلة للشفاء. الشخص الذي يعاني من هذا المرض يجب أن يكون مستعداً لتحليل حالته واستئصال العواطف المحطمة والأفكار السلبية التي تقضي عليه تدريجياً. التحليل الذاتي لمشكلات الشخص والمحافظة على الهدوء تحت كل الظروف من شأنهما شفاء أكثر الحالات العصبية.

عندما ندرك أن القدرات التي نحتاجها سواء للتفكير أو للكلام أو للشعور أو للفعل كلها تأتي من الله وأنه معنا على الدوام، يلهمنا ويهدينا، نحصل على حرية فورية من التوتر النفسي. ومع هذا الإدراك تأتي ومضات من الفرح المقدس، بل وأحياناً تغمر كيان الشخص استنارة عميقة مبددة على الفور أفكار الخوف.

قوة الله هي كالمحيط، تموج وتندفع مجتاحة القلب في عملية تنظيف، مزيلة كل العوائق الوهمية المتمثلة في الشكوك والعصبية والخوف.

الإنسان يظن أنه مجرد جسد مادي ليس أكثر، لكن هذا وهمٌ يمكن التغلب عليه بملامسة الإنسان لكيانه الروحي عن طريق التأمل. عندها ستدرك أن الجسد ليس سوى فقاعة من النشاط سابحة على صدر البحر الكوني.

يجب على ضحية العصبية أن يتفهم حالته وأن يحلل تلك الأخطاء الفكرية المتواصلة المسؤولة عن عدم توافقه وتناغمه من الحياة من حوله. عندما يعترف الإنسان العصبي ولو مرة واحدة لنفسه بأن مرضه ليس غامضاً بل هو نتيجة منطقية لعادات شخصية، يكون قد أحرز نصف الشفاء فعلاً!

الإثارة تفسد التوازن العصبي بإرسالها كمية كبيرة من الطاقة إلى أحد أجزاء الجسم وحرمانها باقي الأجزاء من نصيبها الإعتيادي.

هذا الخلل في توزيع الطاقة إلى الأعصاب هو سبب وعلة العصبية. الإنسان الهادئ يتلافى الإثارة كونه على دراية بأن الله يدير ويدبّر الحياة وشؤونها، وإذ يعلم أن (الخوف قطـّاع العصب) يحاول أن يظل مرتاحاً نفسياً، وبذلك يقدر على مواجهة ظروف ومواقف الحياة بهدوء لأن قواه العصبية متوازنة.

وإذ يحتفظ بقوة تمييزه يقِظة وغير مضطربة، يتحرر من أوهام الحياة ويترفع عن الإثارة التي تجلبها التجارب الممتعة. أما الإختبارات غير السارة فيحاول أن لا يسمح لها بتعكير خاطره وسلبه سلامه الباطني. وهذا هو الهدف الذي يجب أن نجدّ في سبيله ونجتهد في بلوغه.

الجهاز العصبي يزوّد التيار الحيوي للدماغ والقلب وباقي أعضاء الجسم. كما يوزع الطاقة إلى الحواس الخمس للبصر والسمع واللمس والذوق والشم. الأعصاب هي الوسيط الذي من خلاله يمكننا التواصل مع العالم من حولنا وهي أيضاً مصدر كل ردود أفعالنا الحسية. لذلك من المهم جداً الإحتفاظ بأعصابنا في حالة توازن تام، غير صاعقين أحد أجزاء الجسم بفيض غزير من الطاقة، حارمين بذلك مناطق أخرى من الجسم من الحصول على نصيبها الكافي من ذلك الزاد الحيوي. ليس بالقلق ولا بالإنفعالات العاطفية يمكن تحقيق التوازن في الحياة وبلوغ الأهداف المشروعة، بل بالهدوء والثقة العميقة بالله.

لليوغيين أساليب خاصة يستطيعون بواسطتها إنعاش الأنسجة المحترقة عن طريق إرسال طاقة حيوية إلى الأعصاب التالفة جزئياً. إن كل خلية ونسيج في الجهاز العصبي هو تركيبٌ حي وموهوب بالذكاء. ولقوة أو طاقة الحياة القدرة على تجديد ذلك التركيب على الدوام، تماماً كشحن أو إعادة شحن البطارية الفارغة بالطاقة.

العصبية نوعان: سيكولوجية وآلية، أو سطحية وعضوية.

العصبية السيكولوجية هي الصنف الأكثر شيوعاً، سببها الإثارة أو الهيجان العقلي. الإنغماس المستدام في هذه الحالة، بما في ذلك مصاحبة الأشخاص غير المنضبطين الذين لا يستفيدون من أصدقائهم ولا يفيدون بشيء، والعادات غير السليمة من حيث التغذية الصحيحة والعيش الصحي، كلها تمثل حالات مستعصية لمرض العصبية.

الغذاء يجب أن يكون بسيطاً، متوازناً، وألا يتم الإفراط في تناوله. التمارين الرياضية يجب أن تكون منتظمة. كثرة النوم تخدّر الأعصاب، وقلة النوم تضر بها. لكن الإعتبار الأهم هو انتقاء الصحبة بعناية وحكمة. أخبرني عن أصدقاء الشخص وسأخبرك عن نوعية ذلك الشخص. المدّاحون المتملقون لا يساعدوننا. يجب أن نلتمس مجتمع المتطورين من الناس الذين يقولون لنا الحقيقة ويساعدوننا على تحسين أنفسنا. خير الأصحاب هو من يقترح علينا بتواضع الطرقَ التي يمكننا استخدامها والأمور التي ينبغي القيام بها من أجل تغيير حياتنا نحو الأفضل.

الانتقاد الشديد اللهجة، الموجّه بلؤم ومشاعر متحجرة يشبه ضرب الشخص على رأسه بالمطرقة، في حين المحبة هي أقوى تأثيراً وأعم فائدة. الإقتراحات اللطيفة المقدَّمة بمحبة وفهم لها القدرة على خلق العجائب، بينما الانتقاد الجارح للآخرين لا يحقق شيئاً ذا بال.

يصبح الشخص مؤهلاً للحكم على الآخرين فقط عندما يكون قد نقى طبيعته من الشوائب وبدد ظلام جهله بنور المعرفة. وإلى أن يبلغ تلك المرحلة فمن الأفضل له تحليل نفسه وتصحيح رؤيته الذاتية بدلاً من انتقاد الآخرين وتجريحهم.

إن مصاحبة الحكماء ذوي الطبائع الهادئة هي من أسرع وأنجع الطرق للتخلص من العصبية والتعرف على هويتنا الروحية.

العصبيون يجب أن لا يختلطوا كثيراً بعصبيين مثلهم.

يجب تنمية الهدوء الداخلي للتخلص من العصبية. صاحبُ الهدوء الطبيعي يحتفظ باتزانه ويبقى مرتاح البال تحت كل الظروف. كما أنه لا يسمح للعواطف بالسيطرة عليه ودفعه لاتخاذ قرارات خاطئة. إنه لا ينخدع بالكلام المنمق المعسول الذي يستعمله الوصوليون من أجل الحصول على مكاسب لا يستحقونها. ونظراً لهدوئه الطبيعي فإنه نادراً ما يقع ضحية التضليل والتغرير. بل أن قلبه يُظهر له حقيقة الذين يتعامل معهم ويكشف له نواياهم بدقة متناهية. هو لا يسمم أنسجة جسمه بالغضب والخوف اللذين يؤثران تأثيراً عكسياً على دورته الدموية. هناك حقيقة مسلـّم بها وهي أن حليب الأم الغضبى يمكن أن يكون له تأثير ضار على طفلها. والبراهين كثيرة على أن العواطف العنيفة لها القدرة على تهشيم وتحطيم الجسد.

الإتزان جميل ويجب أن يكون الأساس لمشاعرنا وأفكارنا وأفعالنا، والمرتكز الذي يدور عليه محور حياتنا.

كبار النفوس يحافظون على هدوئهم وسلامهم مما يساعدهم على اجتياز محن وامتحانات الحياة دون أن يفقدوا صوابهم أو توازنهم.

الله حاضر في كل مكان، يدير العوالم ويسيّر المجرات في الأفلاك اللامتناهية. والإنسان المخلوق على صورته يمتلك أيضاً القدرة على تسيير حياته وتنسيق فعالياته دون قلق أو اضطراب.

يجب أن نبعث دوماً للآخرين بأفكار المحبة ونوايا الخير والسلام.

في هيكل التأمل، حيث نور البصيرة دائم الإشعاع على مذبح الروح، لا يوجد قلق ولا إجهاد ولا توتر ولا عصبية، بل هدوء وسكينة وثقة بالنفس وسعادة حقيقية.

والسلام عليكم.

عندما أنذر الصمت

عندما أنذر الصمت

عندما أقطعُ عهداً بالسكوتْ

كيما أبقى مع حبيبي في انسجامْ

أنعمُ بين ذراعيهِ اللتينِ تغمرا الكونَ العظيمْ

سوفَ أبقى سامعاً ألحانهُ

وأناشيدَ السلامِ والنعيمْ

مبصراً مخبوءَ أطيافٍ وقدسيَّ تجلٍّ ورؤيا للعليمْ..

بيدَ أني سوفَ لا أنساكمُ

وسأرمقكمْ بصمتٍ واهتمامْ

تخطرونَ فوقي في الأعشابِ في نبت الأديمْ

أو تروني ناضراً في الغصنِ مخضرّاً بأوراق الكرومْ

وسأرعاكمْ بعطف القلبِ والأم الرؤومْ

من خلال قرمز الزهرِ المضمّخ بالوئامْ

مما يجلبْ لكمُ البهجةَ والغبطةْ وإحساس السلامْ

وأطوّقكمْ وأداعبكمْ بأعطاف النسيمْ

كيما أنجدكمْ من الخوفِ ومن ظل الهمومْ

وأغلفكمْ بنور الشمسِ يوحي بالدفء الحميمْ

عندما الوحشةُ تنسلُّ برعشةْ للصميمْ

حينما للبحرِ ترنونَ تروني في الخضمْ

واحداً مع ربي في الأفقِ ونيليّ الخيامْ

فيها إشعاعٌ لجينيٌّ ولازورد كريمْ

سوف لا أنطقُ قطعاً إلا من عقلٍ فهيمْ

ومن الوجدانِ إن شئتُ سأعتبْ أو ألومْ

من محبتكمْ سأقنعكمْ وخفّـاق الهيامْ

علكم تصبونَ للمعبودِ شوقاً كالوحامْ

سوف أغريكمْ ولكنَّ بإغراءٍ سليمْ

للتمتعْ بوداد الربِ ينبوع الهيامْ

وتناسوني إذا شئتم ولا تنسوا الرحيمْ

فإذا باتَ بذكراكم ذكرتوني

على طول الدوامْ!
غاية الإنسان القصوى

المعلم برمهنسا يوغانندا

ترجمة: محمود عباس مسعود
الزهور والورود جميلة ناضرة، لكن خلفها تكمن روضة أعظم بما لا يقاس حسناً ورواءً. ومع أن تلك الروضة هي في منتهى الشفافية ومن الصعب ملاحظتها في البداية، لكن إن

استطعت النفاذ إلى البُعد الروحي عن طريق باب العين الروحية ستتمكن من استكشاف ذلك البُعد الأثيري والتمتع بروائعه.

إنني أعيش في تلك المنطقة اللطيفة حيث المزايا الرائعة والأفكار الغضة الرقيقة الأطيب عَبَقاً والأزكى أريجاً من أية زهرة أو وردة أرضية. هناك ترتشف نحلة عقلي على الدوام رحيق الحضور الإلهي.

عندما نوجّه تركيز عقلنا نحو الداخل، ونعيش أكثر فأكثر في تلك الدنيا الخفية في داخلنا، نجد أن مزايانا الروحية تتخذ أشكالاً خاصة تعمل كنوافذ من خلالها ندرك عذوبة الله التي تفوق حد الوصف والخيال.

البحث عن الله لا يكمن في التأمل وحسب. فكل خِلة حميدة وصفة نبيلة نظهرها في أفكارنا وأفعالنا تتحول إلى رحيق مخبوء لوجود الله في داخلنا، فيما إذا كان إدراكنا عميقاً بما فيه الكفاية.

عندما نعبر من باب العين الروحية نبصر في داخلنا مصنع النشاط الحيوي الموهوب بالذكاء، الكامن خلف الكون بأسره. ولأننا لا نتوجه بتركيزنا إلى الباطن فإننا نقف مشدوهين ذاهلين أمام آثار وأختام الروح الإلهي في الطبيعة. إننا نعاين منتجات الله، فإسمه القدوس مدّون على الزهور وفي السماء وكل شيء، لكنه صامت.

وككائنات بشرية فإننا محظوظون جداً لأنه من بين كل خلائق الله الإنسان وحده يمتلك المواهب والملكات الجسدية والعقلية والروحية اللازمة للبحث عنه، للعثور عليه، لمعرفته، ولفهم لغته.. لغة السكون.

من الأجدى للإنسان أن يقرأ الكتب والمواضيع النافعة بدلاً من إضاعة الوقت على نشاطات غير مثمرة. وأعظم من القراءة التفكيرُ بالله والتأمل بعظائمه ومحاولة معرفة أسرار الحياة التي لا حد لها ولا انتهاء.

غاية الحياة هي أن يعرف الإنسان ذاته فيشعر بالمحيط الكوني ينبض في قلبه ويسري في عروقه ويغمر كيانه بالسلام والمحبة والفرح والطمأنينة.. وذلك هو النجاح الأعظم!

وككائنات بشرية فإننا نحرز أعظم تقدم بواسطة قوة الفكر.

يجب تخصيص بعض الوقت يومياً من أجل تطوير قوى العقل. المطالعة النافعة أجدى من الإنهماك الدائم بالنشاطات السطحية التي لا فائدة منها. كما يجب وضع برنامج منطقي للحياة اليومية بحيث لا تكون خالية من النظام والتنسيق. ولكن التنظيم المفرط للوقت هو ضرب من التشدد وينبغي الإستغناء عنه.

التوازن ضروري في كل جانب من جوانب الحياة. من المستحسن الإحتفاظ في المتناول بمواد قراءة مفيدة ومطالعتها أثناء لحظات الفراغ. وأفضل تلك المواد من حيث الأهمية هي الكتب الروحية ثم العلمية وبعض التاريخ والفلسفة والأدب الرصين وسِير العظماء والرحلات وأي شيء آخر من شأنه توسيع المدارك ومنح الإلهام الرفيع.

يمكن للكتب أن تكون أصدقاء أوفياء، وإن كانت مختاراتك من النوع الراقي فإنك ستحصل منها على فائدة أكبر. قد يبدو من الصعب في البداية النفاذ إلى جوهر التعاليم الروحية وأفكار العظماء، لكن بعد فترة ستجد أنك تتفكر بكتاباتهم وتتفاعل مع أفكارهم. وستشعر أنك اكتسبت شيئاً مفيداً، لأن كل أولئك الحكماء حصلوا على حكمتهم ومعرفتهم من خزانة علوم الله اللامتناهية.. أفكارٌ ربما ما كانت لتخطر على بالك مدى الحياة.

ومع ذلك فهناك العديد ممن يقرأون على الدوام لكنهم لا يستطيعون إفادتك بشيء مما يطالعونه. إن أفضل طريقة لقراءة كتاب ما هو أن تتأمل في محتوياته لترى كيف يمكن أن تنطبق على حياتك الشخصية. وينبغي التمييز الحصيف بحيث لا تتقبل على نحو أعمى كل ما تقرؤه. فما تطالعه يجب أن يشبع عقلك

ويرضي منطقك. ولكي تكون جديرة بالقراءة، فينبغي للكتب أن تستحثك على التفكير وعندها ستشعر أن عقلك آخذ في التطور والإنفتاح.

معرفة مباشرة

إن الذين لا يقرأون ولا يتأملون، بل يحيون حياة سطحية لا هدف لها ولا معنى، لا ينمّون أي فهم عميق ولا يكتسبون معرفة أكيدة. التناغم يجعلنا متوافقين منسجمين مع القوة الإلهية التي تلهمنا التفكير وتشع على عقولنا بأنوار الإلهامات العليا. التأمل هو الطريقة للوصول إلى الذات العليا. البشر يظلمون أنفسهم إن لم يقرأوا، لكن التأمل هو أفضل حتى من المطالعة.

إنني أحب القراءة، لكنني بالكاد أطالع صفحتين قبل استدعائي لمعالجة أمر آخر، ولهذا فقد استعضت عن القراءة بالتأمل. وإذ أغوص في أعماق النفس تبدو الأنوار الساطعة ويهلّ الفرح الأعظم، ذلك الفرح الذي يلازمني طوال اليوم. ذلك ما أختبرته في حياتي وما يختبره كل الذين يناجون الرب المغبوط بهمس الروح وحنين الفؤاد.

الوقت أثمن من أن يُضيَّع سدىً. الله يريدنا أن نكون متوازنين. من يسمح لحياته بأن تصبح عديمة التوازن سيُعاقب من القانون الكوني. إن عشت ببساطة ومرّنت الجسم يومياً وطالعت الكتب القيّمة المفيدة ونميّت عادة التفكر اليومي بالله ستنبض أحاسيسك بالسعادة وتجري تيارات حيوية في دمك وتفعم خلايا جسمك بالخفة والنشاط بكيفية لم تعهدها من قبل. وستحصل على كل معرفة تتوق إليها من الروح في داخلك.

على هذا النحو كانت ولم تزل حياتي. إنني لم أقرأ عشرين كتاباً منذ عشرين سنة. لستُ فخوراً بذلك، ولولا حصولي على وعي الروح الإلهي بالتأمل لكنت جاهلاً بالمرة. عندما أنظر إلى كتاب ما أجد أن الحقائق التي يتضمنها قد أطلعني الله عليها سلفاً. إن الأفكار السامية والحقائق تأتي جميعها من الله العليم. فإن تأملت عليه ستحصل على حكمته مباشرة. لذلك مطالعة

الكتب الجيدة أفضل من إضاعة الوقت على ضروب النشاط العقيمة، وأفضل من المطالعة التأملُ وترسيخ الوعي في الحق المطلق الذي هو الله.

القانون الكوني وتطوّر الوعي

في عصور وأمكنة مختلفة اكتسب الإنسان بواسطة العقل أفكاراً عديدة عن الحياة والنفس. مثال على ذلك عندما يصيب أحد أفراد القبائل المتوحشة صداع يظن ذووه أن نفسه قد أفلتت من جسمه فيستدعون الطبيب الساحر كي يرد الروح إليه، فيذهب الطبيب إلى الغابة بحثاً عن النفس التي يعثر عليها ويعيدها معه في صندوق ويدخلها ثانية إلى رأس المريض فيزول الصداع بحسب الإعتقاد السائد.

وفي ثقافة أخرى فإن "تشميت العاطس" المريض يتم بواسطة وضع كلابات (حدائد معقوفة ذات رؤوس حادة) في جسده كيما لا تفلت روحه لدى العطس، بل يتم الإمساك بها بالكلابات!

ومثلما توصّل بعض الناس إلى استنتاجات خاطئة عن النفس البشرية بسبب أساليب التفكير غير السليم، هكذا بلغ آخرون – بالإدراك الفعلي – فهماً آخر، غزيراً وسليما. نحن نعلم أن النـَفـْس ليست النـَفـَس لأن هناك بعض الأشخاص ممن ظلوا لفترة طويلة في حالة الغيبوبة دون أي تنفس، مبرهنين بذلك أن النـَفـْس لا يمكن تقييدها بالنـَفـَس. النـَفـْس أسمى من النـَفـَس ومن أية حالة جسدية أخرى.

وسواء آمن الإنسان بأنه روح أم لم يؤمن يبقى الناموس الكوني مع ذلك يحتم عليه الكشف عن طبيعته الروحية. ومهما كان عمل الإنسان أو وضعه في الحياة فإن وعيه يتطور ويتوسع كلما استعمل ذكاءه بكيفية خلاقة ونافعة. فكل عمل بنـّاء يساعد على تطوير الإنسان وتوسيع مداركه.

لكن الناس غالباً ما يفكرون بشيء آخر أثناء قيامهم بعمل ما، ولا يعرفون الطريقة الصحيحة لتركيز أذهانهم على الشيء

الذي يفعلونه. يجب أن نتعلم التفكير بشيء واحد في المرة الواحدة بكل قوانا العقلية. الإنتباه الكلي يجب أن يكون محصوراً بذلك الشيء فقط. يجب أن لا يكون الشخص فاتر الهمة فاقد الحماس والإحساس. فإنجاز الأشياء بتكاسل وتراخٍ يؤدي إلى فقدان الحيوية وبالتالي إلى الإخفاق والتعاسة.

ويجب أن لا يكون المرء مجرد آلة سيكولوجية ذاتية الحركة، كالحيوان الذي يتصرف بدافع الغريزة. إنه لخطأ كبير أن لا يعمل الإنسان على إيقاظ نفسه وتفعيل قواه العقلية. فالله وهبنا تلك القوى ويريدنا أن نستخدمها خير استخدام وأن نكون على وعي ودراية تامين بكل ما نفعله.

كما يجب أن نفكر جيداً قبل الإقدام على عمل ما وأن نستخدم عقولنا بما يساعدنا على الإرتقاء وعلى إدراك وحدتنا الجوهرية مع البارئ الأعظم. وكل ما نقوم به يجب أن يكون مبنياً على تفكير سليم وتخطيط حكيم.

من واجب الإنسان أن يطمح نحو تحقيق الأغراض السامية. إن الإهتمام بالأشياء الزهيدة وعديمة الجدوى هو تبديد لقوى العقل دون طائل. يجب اقتلاع الأعشاب الضارة من حديقة العقل وتجميلها بزهور الحب الإلهي حتى تجتذب إليها الإله الجميل الذي يحب الجمال. فإن رغبت في أن تبقى هذه الروضة العقلية مزهرة مزدهرة في تربة الحكمة فينبغي تبسيط الحياة وجعلها خالية من التعقيد. فبإنجاز كل شيء بانتباه بذهن مركـّز وغير مشتت تستطيع تحليل نشاطاتك واختيار ما هو هام وجوهري وترك ما هو سطحي وغير ضروري. وحال الإنتهاء من إنجاز عمل ما، بالإمكان سحب العقل منه واستخدامه في تحقيق مطامح خلاقة أخرى.

يجب أن يتعلم الإنسان كيف يغذي وعي الذات الإلهية، لأنه لهذه الغاية بالذات وُلد كائناً بشرياً. لقد تم خلقه بموجب ناموس التطور عله يستخدم قواه المقدسة في العثور على الله. الحيوان لا يمتلك المقدرة للعثور عليه. المعلم لاهيري مهاسايا كان بصدد ابتكار علم لمساعدة الحيوانات على التطور بكيفية أسرع، لكنه

لم يعش لينهي ذلك العمل. وأنا أيضاً لدي المعرفة ببعض الطرق للتعجيل من ارتقاء أشكال الحياة الدنيا. ولكن ماذا بخصوص ملايين البشر الذين يعيشون ويتصرفون كالحيوانات؟ فهم يعيشون في هذا العالم ثم يغادرونه دون أن يكونوا قد أنجزوا غايتهم من وجودهم. بإمكانهم تحقيق تلك الغاية الآن إن ركزوا قواهم العقلية واستخدموها استخداماً صحيحاً.

المعنى الوحيد للحياة هو العثور على الله المحب الودود. يجب أن نعثر عليه. الناس منهمكون في بحث دائم عن ذلك

"الشيء الآخر" الذي يأملون بأنه سيجلب لهم السعادة الكاملة الدائمة.

أما بالنسبة لؤلئك الذين طلبوا الله وعثروا عليه فقد انتهى البحث لأن الله هو ذلك الشيء العظيم!

الطبيعة تحجب الحضور الإلهي

لماذا أعطي الإغراء للإنسان؟ لعلـّه يتطلع إلى ذلك الكائن الأسمى الأكثر إغراءً وجاذبية من كل إغراء أرضي. إن الشراك والأحابيل الأرضية التي تحيط بالإنسان من كل جانب ليست الغاية منها اصطياده بل حثـّه وحفزه لطلب ما وراءها ولكي تجعله يتساءل: "من خلق كل هذه الأشياء؟ من الذي صوّرني؟ من أنا؟ أين أنت يا ربي؟ لماذا أنت محتجب عني؟ خاطبني!"

عندما تتوجه إلى الله مباشرة بهذه الأسئلة فإنه يستجيب. معظم الناس لا يتعمقون في ندائهم له ولذلك لا يهتدون إليه ولا يعثرون عليه.

يجب أن نتحدث إلى الله من القلب في هيكل الروح. المريد المشتاق يناجيه قائلا:

"إلهي، ما عدت أطيق أن أرى فقط الجمال الذي أبدعته وجسّدته في الطبيعة، بل أريد أن أبصر وجهك الأكثر رقة من كل

ما في الطبيعة من زهور والأجمل من كل ما في الدنيا من وجوه. أريد أن أدرك ما يكمن خلف الطبيعة."

لو أن شخصاً حجب وجهه بقناع يبقى بإمكانك أن تعلم أن إنساناً موجود هناك. وبالمثل فالطبيعة هي أشبه ببرقع عظيم منتفخ بالحضور الإلهي. فالله موجود خلف حُجب الطبيعة وأقنعتها، لكن الإنسان يلقي نظرة عابرة غير متعمقة فلا يتبين حضور الكائن المستتر خلف ستائر الطبيعة.

حينما أجلس في التأمل ساكتاً ساكناً متنبهاً أشعر برعشة من الغبطة داخل كياني وأسمع الله هامساً "إنني هنا."

إن العقل الذي وهبه لنا الله هو المدخل إلى السماء: الباب الخارجي لمملكته. لكن الناس لا يستخدمونه كما ينبغي. لا حاجة للإنتظار حتى مغادرة الأرض كي نستخدم عقولنا في البحث عن الله. الوقت هو الآن، والمكان هو هنا. ومن لا يستخدم عقله في البحث عن أسرار الحياة وخفايا الوجود إبان إقامته على هذه الأرض فلن يتمكن من العثور عليها في أي مكان آخر.

اكتشاف الذات الإلهية

هناك عدة طرق لاكتشاف الروح الكوني أو الذات الإلهي. الصمت هو إحداها. فمراعاة السكوت يعني إسكات كل الرغبات التي تحاول النفاذ إلى الوعي من الخارج، مما يساعد المريد على التعمق في باطنه وملامسة جوهر روحه.

هناك طريقة أخرى هي الحب الإلهي أو التحدث إلى الله من القلب وبكل شوق وإخلاص. التحدث لفترة وجيزة وتناسيه فيما بعد هو غير مجدٍ ولا يجلب استجابة إلهية. من الصعب العثور على الله لأن معظم الناس غير جادين في الروحيات، وحتى طرق الإبتهال معظمها غير فعّال لأنها لا تمتلك ما يكفي من العمق والإخلاص. الصلوات يجب أن تكرر بعمق وحرارة حتى تصل إلى الوعي السامي. الدعاء الذي به تتوقد النفس رغبة لله هو الدعاء الناجح الناجع. لا بد وأنك صليّت ذات مرة بهذه الكيفية، ربما عندما أردت الحصول على شيء ما بإلحاح، أو كنت

بحاجة ماسة إلى المال فألهبتَ آنذاك الأثير برغبتك. ذلك ما ينبغي أن نحس به نحو الله. يجب أن نتحدث إليه وسنجده عندئذ يصغي إلينا ويستجيب لأنه السميع المجيب.

إن طريقة اليوغا هي من أكثر الطرق فعالية للتوصل إلى الله والتواصل معه. إنها تشتمل على عدة ممارسات تأملية ذات طابع علمي وفعال. لقد أدرك حكماء الهند العظام أن المنطق يقضي بوجود قانون دقيق وطرق محددة للتقرب من الله، تماما مثلما توجد قوانين دقيقة يدير الله ويدبر من خلالها شؤون الكون.

لقد اكتشف معلمو الهند قوانين اليوغا العلمية بفضل مثابرتهم وتفعيل طاقاتهم العقلية الجبارة. إن علم اليوغا سيصبح من أهم العلوم التجريبية في مجال البحث الروحي.

يجب ممارسة التناغم المقدس مع الله من قبل الجميع. هذا ما فعله العظماء مع تلاميذهم على مر العصور. إنني لست هنا للتحدث عن عذوبة الحضور الإلهي وحسب، فغايتي الأساسية هي التأكد من تذوّق الآخرين له. إنني لا أضيع وقتي سدى. كل ما أفعله أفعله من أجل الله وإكراماً له فقط. إنني غارق في التفكير به بحيث لا أشعر بمرور الوقت أو الإعياء جراء أشغالي اليومية. وحتى عندما أعمل أحس بحضوره.

لستُ منفصلاً عن الله ولو لثانية واحدة.

وتلك هي الحالة التي أردتها وعملت جاهداً من أجلها.

والسلام عليكم.

فـي آفاق معرفة الذات

المعبد الذي يحبه الله أكثر من سواه هو معبد السكون والسلام الباطني لمريديه، حيث يدخلوه للتأمل والمناجاة، تاركين وراءهم الدنيا ومشاغلها التي لا تنتهي. وإذ يؤسس الإنسان معبداً

من الجمال والسلام الروحي في داخله سيتمكن من الإحساس بحضور الله والشعور بقربه. ما عدا ذلك فأوهام العالم كثيرة، دائمة الحضور وهمومه ملء الصدور.

أحياناً يشعر الشخص بفتور الهمة محتسباً أن الوقت للبحث عن الله قد فات. لكن الأسفار المقدسة تخبرنا أنه إن أدرك الإنسان أن هذا العالم خادع مضلل، وأن الروح هو وحده الدائم الباقي فإنه سيدخل عالماً أفضل بعد رحيله الأخير عن هذه الأرض، حتى ولو جاء ذلك الإدراك قبل الوفاة بلحظة واحدة.

كل واحد منا سيؤخذ من هذه الأرض عاجلاً أم آجلا ولذلك يجب أن نتعرف الآن على غاية الحياة. الغاية الأساسية من تجارب الإنسان في هذا العالم هي لحثه على البحث عن معاني الحياة. يجب أن لا ننبهر بموكب البشرية هذا الدائم البزوغ والحركة. ومع مواصلة قافلة الزمن سيرها ستدرك أخيراً أنك جزء لا يتجزأ من الواحد الأعظم. اجعل معرفة الله غايتك واعلم أن البحث الجاد والصادق عن سر الحياة سيجنبك الكثير من المصاعب وينقذك من مخاوفٍ شتى. إن توجّس الموت أو الفشل أو المتاعب والأحزان يوقظ في المرء هلعاً كبيراً. عندما يعجز الإنسان عن مساعدة نفسه ولا تستطيع أسرته وأصدقاؤه تقديم أي شيء له يستولي عليه القنوط وتظلم الدنيا في عينيه. لكن لا حاجة له في الوصول إلى تلك الحالة. فهو إن فكر في الله أثناء حياته وتواصَلَ معه سيجده قريباً منه في الساعات العصيبة والأيام الحرجة.

قبل أن يكون معنا أي إنسان آخر من كان معنا؟ الله. وعندما نغادر هذه الأرض من سيكون معنا؟ الله لا غيره. ولكن من الصعب التعرف عليه عندئذ إن لم نسعَ في التعرف عليه الآن. إن بحثتَ عن الله بصدق وعمق ستعثر عليه وسيتعزز يقينك بأنه معك دائماً. وستفارقك الهموم والأوهام ولن تنخدع بعدها أبداً.

إن كل ما في الوجود هو تجربة لإغراء الإنسان كي يبتعد عن الله. لكن الله أكثر إغراءً من أي تجربة أرضية. لو حصلتَ

على لمحة واحدة منه لأدركت هذه الحقيقة ولاستطعت العثور عليه بالدعاء والتأمل الروحي والتصميم القوي. التصميم في العثور على الذات الإلهية يجب أن يكون راسخاً. من الصعب أن يعرف الإنسان الله ما دام فكره ينتقل بصورة متواصلة من شيء إلى آخر كالريشة في مهب الريح. الله يريد أن يأتي إلينا لكننا لا نتعاون معه ولا نسمح له. الإنسان يستسهل ويفضل البحث عن بعض ملذات حسية وصرف الوقت في التسليات والحفلات والسهرات. حقاً "إن الحياة الدنيا لعب ولهو وزينة وتفاخر.. وتكاثر في الأموال والأولاد."

إن كان الله يطلب شيئاً واحداً فهو محبة الإنسان. إنه يقرع بصمت أبوابَ قلوبنا وينادينا كي نعود إليه لكن معظم الناس غير راغبين في العودة. ومع ذلك فعندما تسوَّد الدنيا في عيونهم ويعلقون في فخاخ المشاكل أو يقعون فريسة المرض يسارعون في الدعاء إليه والتماس عونه. من يمتـّن روابط الوفاق والإنسجام بينه وبين الله في أوقات السعادة والرخاء سيجد الله بجانبه عندما يحتاج إليه. أما الذي يسوّف في تعزيز تلك العلاقة يحكم على نفسه بمواجهة مصاعبه ومصارعة تجاربه بمفرده إلى أن يتمكن – بالحكمة والتسليم الكامل – من التوجه إلى الصديق الأبدي وقرع بابه الكريم.

إن من بين حشود البشرية الهائلة قلائل جداً من يبحثون عن الله بصدق وجدية. أين الذين ظنوا أن هذه الأرض هي لهم منذ مائتي سنة؟ كلهم مضوا، ومن بينهم كلهم ربما لم يفهم حقيقة الحياة سوى قلة قليلة ممن قصدوا الله وعرفوا أنفسهم. ومع ذلك فإن كل جيل من الأجيال التالية يحتسب أن هذه الحياة حقيقية!

لكنهمْ خـُدعوا بالوهم مثلهمُ

(وأصبحَ الجيلُ بعدَ الجيلِ يرويها!)

الإنسان أثناء إقامته الموقوتة هنا يولي أهمية كبيرة لهذا العرض. لكن يجب عدم الإنغماس الزائد به وبأحداثه التي لا

تنتهي، لأننا إن فعلنا نبتعد عن الله الذي يحاول كل الوقت وبشتى الوسائل والطرق اجتذابنا إليه لاهتمامه الكبير بنا ولعظيم محبته لنا. إنه يضع أمامنا كل المعجزات التي نرغب في رؤيتها: عجائب الأشياء النامية ونظام الطبيعة المتناهي الدقة. إنه خلف الزهور والورود ومن يبحث عنه بصدق سيجده لا محالة. علماء الطبيعة لم يتوصلوا إلى اكتشافاتهم عن طريق الصلوات العمياء، لكنهم اتبعوا قوانين العلم التجريبي. وبالمثل كل من يستخدم القوانين الروحية العلمية بإخلاص ورغبة صادقة سيجد الله بجانبه تلقائياً. لقد آن للإنسان أن يفتح بصره الروحي ويدرك أن العثور على الله يلزمه حماس متواصل ومراعاة دقيقة لنواميس الله.

إن أمماً مختلفة قد تخصصت بفنون وعلوم مختلفة. لقد أتقنت الهند الفن العلمي لمعرفة الله، لكن بالرغم من هذه الحقيقة فالدجالون كثر حتى في الهند ولذلك ينبغي التمييز بين المزيّف والأصيل.

يجب خلق توازن ما بين المعرفة الروحية والعلوم الطبيعية. وبدون ذلك التوازن سيتعثر الأفراد والأمم وسط الشقاء والدمار. لو كان قادة العالم المعاصرون مستنيرين روحياً ويعملون معاً لتمكنوا من القضاء على الحرب والفقر من الأرض في غضون أعوام قليلة. الوعي الروحي معناه إدراك الإنسان للحضور الإلهي في ذاته وفي كل الكائنات الحية الأخرى. ذلك الوعي وحده قادر على إنقاذ العالم وبدونه لا أرى أملا في السلام. فليبدأ الإنسان بنفسه. الوقت أثمن من أن يُبدَد سدىً. الواجب يقتضينا القيام بدورنا لجلب مملكة الله إلى الأرض.

كثيرون يترددون في البحث عن الله، محتسبين أن الحياة ستصبح قاتمة مكفهرة، وفاقدة للرونق والمتعة. لكن العكس هو الصحيح! فالسعادة النقية التي يعثر عليها العارفون في التناغم التام مع الله تعجز الكلمات عن وصفها. إنني في حالة من الفرح الروحي ليل نهار. ذلك الفرح هو الله، والتعرف عليه معناه تكفين كل الأحزان ودفنها غير مأسوف عليها.

الله لا يطلب من الإنسان أن يكون واجماً كئيبا، عابساً مستوحشاً قطوبا. هذا ليس المفهوم الصحيح عن الله، ولا هي الطريقة الصحيحة لكسب رضاه. كلما تزايد سلام المرء كلما تمكن من الشعور بالحضور الإلهي بمقدار أكبر. وكلما تعاظمت سعادته كلما أصبح أكثر تناغماً مع الله. الذين يعرفون الله سعداء لأن الله هو ينبوع الفرح الأعظم.

يحاول الناس العثور على السعادة في الخمر والجنس والمال، لكن صفحات التاريخ تغص بقصص آمالهم المحطمة وأحلامهم التي لم يُكتب لها التحقيق.

الوقت الذي صرفته في التأمل جعل حياتي مثمرة بكيفية لا يمكن تصورها. إن ألف زجاجة خمر لا يمكنها خلق النشوة التي حصلت عليها من التأمل. في ذلك الفرح تكمن الهداية والحكمة الإلهية. وعندما يتناغم الإنسان مع الله، فحتى إن أخطأ عن غير قصد سيعرف كيف يصحح الخطأ، وإن صدر عنه رأي غير سليم سيتداركه الله ويصوّبه محبة بمريده.

كفى انتظاراً! إن كل من يسمع أو يقرأ هذا الكلام يعرف أنني أتكلم الصدق. لو أنني عرضت كل القوى التي وهبها لي الله لالتف الناس حولي لا محبة بالله بل بالمعجزات. لكنني لا أرغب بهذا الصنف من المريدين السطحيين. يجب أن لا تجذبهم القوة بل محبة الله وتلك هي غايتي في الحياة.

لو لم أتعرف على الله لما تحدثت بهذه الكيفية. وكل واحد يمكنه التعرف عليه إن هو رغب بذلك. لا أحاول استمالة الناس من خلال دغدغة عواطفهم بل أتحدث إلى عقولهم وأخاطب بهم المنطق وملكة التمييز. الإيمان الأعمى لا يجدي نفعاً. يجب أن يفعّل الإنسان قوى الإدراك التي وهبها له الله وأن لا يقبل الأمور على علاتها، بل يجب أن يعرف الأسباب والمسببات والمنطق خلف توجهاته وممارساته الروحية. لو كان لي ألف فم لتحدثت بها كلها عن الله وأهمية التوجه إليه والتعرف عليه.

لا يعرف الإنسان ما يفقده بفقدانه معرفة الله، لأنه لم يعرفه أبدا! ومتى ما اتصل به تعجز أية قوة أرضية عن تحويله عنه. إن رغبتي الوحيدة هي إعطاء الراغبين الصادقين ومضة عن الله لأن رؤية نوره وتذوّق غبطته لا تعدلهما كنوز الدنيا وأمجادها. معرفة الله لا تقارن بها أية متعة أرضية. وعندما يعثر الإنسان على كنز الكنوز ستتحقق كل رغبات قلبه. حقاً لقد حقق الله كل رغباتي وأحلامي وأمنياتي.

إنني لا أسعى في طلب الأشياء الآن لأنها دائمة الهرولة نحوي. عندما يمنح الله ذاته لك سيحقق كل أمانيك. لن تحتاج عندها إلى التماس شيء لأن كل ما تريده ستجده في متناولك. ولكن يجب أن نثبت لله أولا بأننا نريده أكثر من كل هباته التي يمنحها لنا.

الله ينادينا ويريدنا أن نتوجه إليه. المعلمون العظام هم الرواد الذين إن ترسّمنا خطاهم سننتفع من معارفهم وخبراتهم مما يسهل علينا تحديد هدفنا والوصول بسلامة إلى بر الأمان. ومثلما يمكن للشخص أن يصبح عالماً كبيرا بالتعلم من عالم كبير، هكذا يمكن للمريد أن يصبح من أعظم عظماء الروح إن هو أخذ العلم والمعرفة عن معلم حاصل على المعرفة الإلهية.

إن الفحمة لا تستقبل ولا تعكس نور الشمس، لكن قطعة الألماس تفعل ذلك. وبالمثل فإن العقليات المتفحمة المليئة بالشكوك والسلبيات والبلادة الروحية لا يمكنها استقبال النور الإلهي. أما العقليات الألماسية المخلصة والمليئة بالإيمان والمثابرة والعزيمة الصادقة فباستطاعتها أن تستقبل نور الوعي الإلهي وتعكس الحكمة المقدسة.

الدين بالنسبة لمعظم الناس هو مجرد تقليد عائلي أو منفعة اجتماعية أو عادة مرتبطة بالآداب والأخلاق. إنهم لا يمتلكون مفهوماً صحيحاً عن جوهر الدين وأهميته.

إن الذين لا يبحثون عن الله كضرورة قصوى للحياة لا يفقهون معنى الدين. لماذا يسعى كل الناس في طلب المال؟

لأنهم يعتبرونه ضرورياً لتزويدهم بما يحتاجون إليه من أجل راحتهم ورفاهيتهم. إنهم لا يحتاجون أحداً كي يعلمهم هذه البديهية لأنهم يعرفونها حق المعرفة. لماذا إذاً لا يفهم معظم الناس ضرورة التعرف على الله؟ لأنهم يعوزهم التمييز الصحيح. لقد رأيت في حياتي المبكرة أن الأجوبة اللاهوتية لبعض الأسئلة لا يمكن أن تمنح الرضاء الكلي للنفس ما لم يتم اختبار حقائقها بالمعرفة والإختبار المباشر.

على سبيل المثال عندما فقدتُ أمي في سن مبكرة وراح باقي أحبتي يفارقون الحياة الواحد تلو الآخر تولد في داخلي عصيان صامت ضد الحياة ولم يستطع أحد أن يعزيني أو يشرح لي حقائق الحياة والموت. أخيراً قررت بأنني سأجد الجواب بنفسي من خلال مجهودي الشخصي. وقطعت العهد التالي على نفسي: "لن أقبل أي شيء قبولاً أعمى، لكنني سأعثر على الجواب من صانع هذا الكون وسيده."

لقد التمستُ من الله مباشرة فهم خفايا الحياة التي لم يستطع أحد أن يوضحها لي.

تساءلت عن السبب من ولادة بعض الناس فقراء وبعضهم أغنياء.. بعضهم مكفوفي البصر وبعضهم أصحاء.. ولم يتمكن الآخرون من حل هذا اللغز الذي يتناقض مع عدل الله ورحمته. أخيراً وجهني الله إلى بعض أقطاب الروح المستنيرين ممن بلغوا حالة التوحد الإلهي وعثروا على الأجوبة الشافية لأسرار الحياة من خلال معرفتهم الذاتية فحصلت على الأجوبة الشافية لكل أسئلتي وعلى التفسير المقنع لكل تساؤلاتي.

هناك العديد من المتطرفين دينياً في هذا العالم. البعض يمتلكون فهماً عاطفياً للدين ليس أكثر، وعندما يتم التلاعب على مشاعرهم يصابون بهستريا دينية. لكن الإنجراف العاطفي يُفقد الإنسان صلته بالله ويحجب بصيرته الروحية.

العاطفيون يحتاجون دوماً إلى ما يدغدغ عواطفهم ويثير حماسهم الروحي. وعندما تتحدث بمنطق وعقلانية يفقدون

الرغبة في مواصلة الحديث معك ويعتبرون حديثك رتيباً مملا. لكن التلاعب بعواطف الآخرين هو ضرب من الشعوذة واستخفاف بعقول الناس وحجب الحقائق الروحية عنهم.

وفي نفس الوقت هناك أيضاً متطرفون دينياً من ذوي الميول العقلية ممن يطيب لهم التعمق في الدراسات اللاهوتية أو الفلسفية المتعددة فيخدعون أنفسهم محتسبين أنهم على درجة عالية من المعرفة المقدسة تفوق معرفة العاطفيين. لكن الإثارة العقلية هي كذلك نوع آخر من "التخدير"، أو صورة أخرى من الشعوذة العقلية التي لا تقدم للباحث ما يريده فعلا، بل تفلح فقط في إلهاب عواطفه وتهييج مشاعره.

المتزمتون دينياً لا يمتلكون معرفة عميقة للدين، بل غالباً ما يرددون كالببغاوات أموراً لم يفهموها حق فهمها ولم يختبروا أثرها في حياتهم. وإن وجّهت إليهم سؤالاً روحياً يسارعون إلى الاستشهاد بأقوال مأثورة أو آيات كتابية متوقعين منك الوقوف عند ذلك الحد في الحديث معهم لأن لا قدرة لهم على المحاورة المنطقية الهادئة الهادفة. ولا نعدو الصواب إن قلنا أنهم مجرد أبواق روحية جوفاء من العبث محاورتهم لأنهم مقتنعون بأنهم يعرفون كل القضايا من أولها إلى آخرها، من ألفها إلى يائها.

المتعصبون دينياً متأكدون أنك ما لم تؤمن بطريقة ما فنصيبك هو الهلاك.

المعلم العارف لا يعلـّم الناس بهذا الأسلوب. إنه يعرض رأيه ويدعم حججه بالبراهين. يجب أن يشبع الدين حنيننا الروحي ويرضي أشواقنا ليس بالكلام بل بالبرهان القاطع. لم أرغب قط في أن أكون متزمتاً لدرجة تمنعني من استخدام عقلي وتفعيل بصيرتي. عندما قابلت معلمي سري يوكتسوار Sri Yukteswar قال لي:

"هناك معلمون كثيرون سيطلبون منك أن تؤمن بعد أن يفقأوا عينيّ عقلك ويأمرونك باتباع منطقهم لا غير. لكنني أريدك

أن تحتفظ بعينيّ عقلك مفتوحتين، وإضافة إلى ذلك سأفتح بك عيناً أخرى هي عين الحكمة."

لقد وهبني سري يوكتسوار تعليماً أستطيع أن أتبين حقيقته بنفسي. لهذا سرت على هذا الدرب الذي لا يستطيع أحد أن يزحزحني أو يبعدني عنه.

وهناك متطرف آخر هو الليبرالي المتحرر الذي يتبع كل شيء ولا يلتزم بشيء!

ولأنه يعتبر نفسه رحب الصدر واسع الأفق يقول: "كل الطرق الروحية جيدة، لذلك لن أتقيد بأي منها." لكن مع احترامي لكل الطرق الروحية والمعتقدات الدينية يجب أن لا يكون الشخص فراشة روحية دائمة التنقل والطيران في كل اتجاه.

يجب تحاشي الليبرالية الزائفة والتعصب الأعمى والإعتصام بدلا من ذلك بالحكمة من أجل النجاح في المساعي الروحية والعثور على غاية الحياة.

إن كل مجهود يبذله المرء في سبيل الله سيلاحظه الله. لكن ما لم يتبع الشخص طريقاً لله قائماً على أسس منطقية فتقدمه الروحي سيكون بطيئاً. الباحثون المخلصون سيحصلون على بعض المعرفة، لكن بالإعتقاد الأعمى والصلوات الآلية قد يصرفون تجسدات طويلة قبل التوصل إلى الله.

ابحث حتى تحصل على الطريق الذي يلائم ميولك الوجدانية والعقلية واثبت على ذلك الطريق. افحص كل ما تقرأه وتتعلمه فحصاً دقيقاً ولا تقبل معلماً أو تعليماً دون وضعهما على المحك.

الجوهري يمكنه التمييز بين الجواهر الأصيلة والمزيفة. وبالمثل فإن للمعلم الروحي الصادق القدرة على التمييز بين الباحثين المخلصين والفضوليين. هناك من يحصلون على تعاليم روحية غير أنهم لا يطبقونها في حياتهم. لكن فائدة أي تعليم روحي تكمن في تشرُّب روح ذلك التعليم وتطبيق جوانبه العملية

في الحياة اليومية. التحدث عن الطعام أو رؤيته لا تسمن ولا تغني من جوع. يجب أن يأكل الجائع حتى يسد رمقه ويشبع جوعه. المثل يقول "إن من يأكل على ضرسه ينفع نفسه."

الباحثون الروحيون يجب أن يُلقـَّـنوا معرفة الله أولا. التركيز على المال أو الصحة أولاً هو ابتعاد عن الهدف. صحيح أن الإنسان يحصل على كل شيء من الله، لكن الذي يسعى أولاً وقبل كل شيء وراء الأشياء الأخرى سيشعر بمحدودية تلك الأشياء حتى ولو كان أثرى الأثرياء وأكثرهم صحة. المعلم الروحي المتحقق الضليع يعرف الله ويحبه، ورغبته في الله تفوق أية رغبة أخرى.

لقد حاول أحد الوعاظ استمالتي لقبول إرشاده الروحي، وقد وعدني بعدد كبير من الإتباع نتيجة لذلك. لكن عرضه لم يرق لي لأن غايتي الوحيدة هي الله وليس جمع الأتباع من حولي. المعلمون الصادقون سيحاولون دائماً وأبداً خلق الرغبة بك للتعرف على الله، ولن يأخذونك أبداً إلى طريق مسدود.

الدعامة الأساسية لجوهر الدين هي التناغم مع الله. أماكن العبادة يجب أن لا تتحول إلى أماكن للهو والرقص وعرض الأفلام واللقاءات الإجتماعية المتكررة. هذه النشاطات الترفيهية تصد الناس عن الله. الترفيه يجب أن يكون خارج أماكن العبادة التي يجب أن يذهب الناس إليها لغرض واحد فقط هو التواصل مع الله. الشعور بالحضور الإلهي في أماكن العبادة هو الغاية الأساسية من زيارة تلك المزارات والأماكن المباركة. هذا ما آمنتُ به من كل قلبي وحققته في حياتي.

لو أخبرتكم عن ثمرة عجيبة عثرت عليها ورحت أصفها لكم كل يوم وصفاً دقيقاً على مدى عام كامل دون أن أعرضها عليكم لتتذوقوها فلن تتولد لديكم قناعة كافية عنها. وبالمثل فإن سماع المواعظ والخطب عن الحقيقة لا يمكن أن يشبع جوع الروح. أما الذين يقنعون بالسماع دون بذل المجهود للتعرف على الله فيحصلون على رضاء زائف. يجب أن يشعر الشخص بجوع عميق لله بحيث يطلبه بجد وإخلاص. الغرض من المحاضرات

والمواعظ والخطب الدينية هو أيقاظ حنين روحي متعاظم لله في النفس.

بين الحين والآخر أقابل شخصاً ما أرى فيه بعض الشوق لله. لكن معرفة الله هي أعظم بكثير من ذلك! المريد العارف بالله يرى أحياناً الكون بأسره مليئاً بنوره، ويا له من اختبار مدهش عجيب! لكن ذلك لا يمكن أن يحصل بين عشية وضحاها. معرفة الله يلزمها مواظبة طويلة في ممارسة تلك الطرق والأساليب الروحية التي تفضي إلى معرفة الذات الإلهية.

الرغبة في السعادة هي أقوى الرغبات على الإطلاق. السعادة الحقيقية والدائمة توجد فقط في الله. عندما تكتشف حضوره يغمرك فرح عظيم، فرح لا يمكنك العثور عليه في أي مكان أو أي شيء آخر. لقد قال لي معلمي سري يوكتسوار:

"عندما يصبح فرحك في التأمل والتناغم الروحي أعظم من أي فرح آخر تكون قد عثرت على الله. لو أُعطي لك العالم بأسره لما عرفت كيف تتصرف به، بل ستشعر بعبء ثقيل وقلق متواصل حول كل شيء. لو تسنى لك معرفة حياة الملوك والرؤساء والأمراء ومشاهير الدنيا لوجدت أنهم كانوا قلقين مغتاظين، تتقاذفهم أمواج المضايقات وتهب عليهم رياح الهموم من كل جانب. لقد أمضوا أيامهم كالدمى بين يدي القدر. لكن المتوحد مع نور العالم هو إنسان سعيد. وحتى إن كان لا يملك شيئا فهو يملك كل شيء لأنه يملك السعادة. المتوحد مع الله لا يخشى شيئاً لأن الله يسكن قلبه، والقلب الذي يسكنه الله لا وجود فيه للمخاوف والهموم.

كل أماكن العبادة تعمل خيرا، ولهذا السبب أحبها جميعها. وعندما تصبح أمكنة للتناغم الفعلي مع الله تحقق مهمتها السامية. تلك الأماكن يجب أن تكون كخلايا النحل الملأى بشهد معرفة الله، وفي هذا تكمن أهميتها وقيمتها. إن الله يحب القلوب المخلصة المتوجهة إليه بكليتها، وسيزور تلك القلوب حتى لو كان أصحابها يتعبدون في الهواء الطلق تحت السماء. عندما يجتمع الناس للعبادة يجب أن يفعلوا ذلك محبة في الله

ورغبة في الشعور بحضوره. الباحثون الصادقون غير راضين عن التعصب المذهبي والتعنت والغطرسة اللاهوتية. ما يهمهم هو طريقة فعالة تمكنهم من التواصل مع الله والتوصل إليه.

عندما يحب الإنسانُ الله من كل كيانه ستكون كل أفعاله مؤسسة على الحق ولن يسمح له حبه لله باستغلال الناس أو تضليلهم لمصالحه الأنانية.

مهما كان الظلام دامساً يبدده الضوء لدى إشعاله. وإن أشعلنا مصباح الحب الإلهي في نفوسنا ستتبدد ظلمة الجهل. علم اليوغا الروحي يساعد المريد على حصر عقله في التفكير بالله وتوجيه محبة قلبه إليه. كما يقدم طريقة علمية أكيدة لتمكين المريد من التناغم المقدس الضروري من أجل محبة الله محبة كاملة.

لقد وهبنا الله القدرة على محبة أسرتنا وأصدقائنا، ويجب أن نستخدم تلك القدرة لمحبته مثلما نحب أعز الناس لدينا على هذه الأرض. يجب أن يتمكن الإنسان من القول: "أحبك يا رب كما يحب الأب ابنه، كما يحب المحب حبيبه، كما يحب الصديق صديقه. أحبك لأنك مصدر كل حب وكل خير في الوجود، ولأنك أبي وأمي وصديقي وسيدي وحبيبي وكل ما في الوجود بالنسبة لي."

عندما يحب الشخص الله صدقاً من القلب يشعر بذلك الحب له ليل نهار.

كثير من الناس يقولون لك اليوم "يا حبيبي يا عيني ويا أعز أصدقائي" وغداً يتخلون عنك لسبب أو لآخر. هذا ليس حباً. من يسكن الله قلبه لا يمكنه أن يؤذي أحداً. عندما تحب الله دون تحفظ يملأ قلبك بحبه النقي للجميع. ذلك الحب يعجز أي لسان بشري عن وصفه.

ولا يمكن للإنسان أن يحب الله من كل قلبه ما لم يعرف نفسه. تلك المعرفة الذاتية تحصل أحياناً بصورة لا شعورية أثناء النوم العميق عندما يكون الشخص على دراية بذاته كروح. لكن

ذلك يمكن بلوغه بالتأمل. وعندما يعرف الإنسان نفسه كروح يكون قد اكتشف حضور الله في داخله. إن انعكاس القمر لا يمكن رؤيته بوضوح في الماء العكر أو المخضوض، ولكن عندما يكون سطح الماء رائقاً هادئاً تظهر صورة القمر بكل صفاء. وهذا ينطبق أيضا على العقل: فعندما يكون الفكر هادئاً ترى بجلاء وجه روحك القمري لأن النفوس هي انعكاسات لله. عندما نسحب – بواسطة التأمل – الأفكار المضطربة من بحيرة العقل نبصر نفسنا كانعكاس نقي للروح الإلهي، وندرك أن النفس والله واحد.

واليوغا تعلمنا أيضا سحب الطاقة والوعي من الجسم وتوجيههما إلى مصدرهما الذي هو الله. كما تعلمنا ضبط قوة الحياة وتحويلها من الوعي الجسدي إلى الوعي الإلهي.

عندما يصلي الشخص لله يجب أن يكون ذهنه وتركيزه على الله مائة في المائة، دون التفكير في تلك اللحظات في أي شيء آخر. الله يعرف أفكارنا ويجب إبقاء الفكر عليه أثناء التأمل والصلاة. أما إن راح الفكر يتقافز كالجندب هنا وهناك – وتلك هي طبيعته – فينبغي إعادته المرة تلو الأخرى للتركيز والتأمل. عندما أصلي لله يتسمر فكري عليه. إن نميّتَ قوة التركيز الهادئة تلك ستجد ذات يوم أنه مهما كانت مشاغلك ستمر الأيام والليالي وعقلك مستغرق في الله.

ويجب أيضاً أن نحب الآخرين محبة صادقة. الشخص العادي غير قادر على المحبة بهذه الكيفية لأنه محصور في أنـّاه الصغيرة ولذلك لم يدرك بعد أن الله يسكن به وبكل الكائنات الأخرى. إنني أحب الناس وأعاملهم بالتساوي لأنهم جميعهم انعكاسات روحية لله. لا أستطيع أن أعتبر أي إنسان غريباً عني لأنني أعلم أننا كلنا جزء من الروح الإلهي الأوحد. عندما تدرك المعنى الحقيقي للدين الذي هو معرفة الله ستدرك أنه ذاتك العليا وأنه موجود بالتساوي وبدون تحيز في كل عياله. عندها ستتمكن من محبة الجميع كذاتك العليا.

لا أسعى لاستقطاب الأتباع من حولي لأن هذه ليست غايتي في الحياة. وسيان عندي لو حضر المئات والألوف محاضراتي أم

بقيت المقاعد شاغرة. وبالحقيقة فإنني أحبذ حفنة من المخلصين على مئات الفضوليين الذين يعوزهم الإخلاص. هدفي الوحيد هو مساعدة الناس على معرفة أنفسهم. عندما يدرك الناس أن معرفة الله هي واجب مقدس وامتياز روحي سنشهد بزوغ فجر جديد على هذه الأرض. الكتب والخطب والمحاضرات لن تكون بعد الآن كافية لإرضاء الباحث الذي يتشوق فعلا للشعور بحضور الله. لكنه عندما يدرك الحق يعرف الحياة على حقيقتها.

يجب أن نطبّق الحقائق التي نسمعها ونقرأ عنها حتى لا تبقى مجرد أفكار بل تتحول إلى قناعة راسخة. قراءة الأسفار المقدسة يجب أن تثير في الباحث الروحي الرغبة للتعرف على الله. لكن لا بديل عن التأمل العميق لبلوغ تلك الغاية الشريفة.

ما تمس له الحاجة هي التجربة الروحية. التناغم الإلهي وحده قادر على أن يبعد عن الإنسان الضجر الكبير الذي يشعر به بسبب عدم امتلاكه غاية محددة في الحياة. التجربة الروحية حقيقة مؤكدة ويمكن تحقيقها بالتأمل العلمي اليومي. بالإمكان التعرف على الله بواسطة التأمل. ومتى لامستَ حضوره ستتبدد الشكوك وتنقشع غمامة الجهل وستشعر بسلام لم تتذوقه من قبل لأن السلام الإلهي لا نظير له.

لقد حان الوقت كي يعرف الإنسان الحقيقة بنفسه. ما أقوله لك يمكن أن تعرفه أنتَ أيضاً فيما إن رغبتَ بذلك. هذه التعاليم قد تبدو فلسفية بالنسبة للبعض، لكن الذين يطبقونها يعرفون قيمتها ويجنون ثمارها.

لقد كان معلمي يقول لي مع كل تعليم روحي جديد أتلقنه منه: "يجب أن تعرف هذه الحقيقة." وقد فعلت!

عندما وجدت معلمي وعثرت على هذا الطريق تيقنت من تجربتي الذاتية أنه طريق سليم يفضي إلى معرفة الله والحقيقة، ولذلك كرست حياتي كلها له ولخدمة الإنسانية.

والسلام عليكم أينما كنتم في دنيا الله الواسعة.

قبسات من المعرفة الروحية

قال المعلم لمريد التمس إرشاده على الطريق الروحي:

لا تتشوق لاعتراف الناس بك وبإنجازاتك الروحية بل أطلب الله وحدة.

عندما تدرك أنه السلام في داخلك ستدرك أنه السلام والإنسجام في كل شيء طيب في الخليقة

وستراه في جمال الطبيعة وتحس بقربه في الصداقة الصادقة وتلمس بركاته في الطموحات النبيلة والمقاصد الشريفة المنزهة عن الغايات الأنانية.. وستشعر بحضوره خلف حُجب لسكون

وفي كل الأشياء الرائعة.

إقرع بهمة الباب وسيرتفع الحجاب وتبصر الوجه الأبهى بكامل مجده وروعة بهائه.

إن أحببت الله ستشعر بحبه ولن يقدر شيء آخر على مخادعتك. التجارب المادية تستهويك

لأنك لم تتذوق طعم السعادة الروحية. ومتى تذوقتها ستعرف الفرق.

كن حراً في اختيارك. لا تدع أي شيء يقيّدك ولا تسمح لأحد بالسيطرة عليك أو التدخل في سعادتك.

إن نفسك هي جزء منفصل عن الكل الكوني ويجب أن تعثر على ذلك الكل الكامل حتى تختبر وعي الغبطة وتتذوق ملذات الحب الإلهي.

ابتعاث المحبة من سراديب الحقد والكراهية

نسألك يا رب أن تشع بأنوارك على نفوسنا

وتغمر محبيك والراجين عونك ببركاتك العميمة

وأن تبعد عنا أشباح الحروب والعنف والموت

وأن تلهمنا كي نجعل السلام مطلبنا

والمحبة زادنا

والتحرر من القيود المكبّلة هدفنا.

* * *

إن لم يسعَ الإنسان سوى لجمع المال وتحقيق رغبات الجسد

فالمكاسب التي يحرزها ضئيلة وهزيلة

لأنه سيأتي اليوم الذي به يخلّف كل المكتسبات الدنيوية وراءه.

ولكنه إن اغتنى بالله

يكون أغنى من كل ملوك وأثرياء الأرض.

تلك الكنوز المباركة هي في حوزة محبي الله

الذين لا يرضون عن غنى الروح بديلاً.

فإذ يعملون على تنمية ميولهم الروحية

وتغذية أشواقهم لمصدر حياتهم

وابتعاث المحبة من سراديب الحقد والكراهية

فإنهم يرتقون بوعيهم من الإعتبارات الدنيوية الضيقة

إلى آفاق الحرية والسلام والنور والفرح

ويدركون اتساعهم غير المحدود

ويختبرون مدركات ومعارف متجددة.

وإذ يغرسون بذور الأفكار والأفعال الطيبة

في مساحات وعيهم

تتفتح بصائرهم

وتنشط قوى إدراكهم

فيلامسون جوهرهم الحقيقي

ويعثرون على مملكة الله في داخلهم.

نسأله تعالى أن يأخذ بيدنا كي نجدد أنفسنا

ونخرج كياننا الروحي من دياميس الظلام

إلى فضاءات الحرية والطمأنينة وأنوار المعرفة.

الفواكه والخضروات الطازجة مغذيات حيوية

من محاضرة عن التغذية

ألقاها في إنسينيتاس، كاليفورنيا - حزيران/يونيو 1940

إن بروتين اللحم ليس المصدر الحيوي الوحيد للطاقة.

بعض الأملاح المعدنية الموجودة في الخضروات والفواكه غير المطبوخة هي أيضاً مصادر هامة.

صحيح أن حصة كبيرة من اللحم تمنح كمية وافرة من الطاقة لكن إن طغت اللحوم على الغذاء لفترة طويلة ستكف عن منح القوة، كما أن الكمية الزائدة من البروتين تتسبب في تسمم البروتين وهو مصدر للتعب وللمرض أيضاً. فالبروتين الزائد هو ضار تماماً كنقص البروتين.

إن أردت أن تتخلص من الإعياء فأحد العلاجات يكمن في التغذية الصحيحة. اللحم قد يعطي قوة مؤقتة، لكنه يتسبب

بسموم كثيرة في الجسم. وتناولك كميات أكبر من الأطعمة النيئة غير المطبوخة سيقلل من الإحساس بالإرهاق وبالتالي ستشعر بفيض من الطاقة.

العصائر تمنح قدراً كبيراً من الطاقة، لكن الفواكه والخضروات الكاملة هي ذات قيمة غذائية أكبر من العصائر. ومع ذلك فإن بعض الناس لا يريدون أن يصرفوا الوقت الكافي لاستهلاكها على هذا النحو.

الجهاز الهضمي يستخلص المواد الكيماوية ويوزعها على أنواع مناسبة من الخلايا في كافة أجزاء الجسم.

الجسم يتكون من عناصر كيماوية متعددة، ويجب أن يقوم الغذاء بسد النقص في تلك العناصر على أساس يومي.

يجب أن يشتمل الغذاء اليومي على مقادير كافية من البروتين والفيتامينات والمعادن وبعض الدهون والزيوت، وقدر مناسب من الكاربوهيدرات الطبيعية، مع مراعاة التقليل قدر الإمكان من النشويات المكررة والسكر المكرر.

إن مصدراً رائعاً من الطاقة هو مزيج من عصير البرتقال واللوز المطحون فاللوز يُهضم بكيفية أفضل عند مزجه مع عصير البرتقال.

كما أنه من المهم أيضاً شرب مقدار وافر من السوائل. وفي حال عدم توفر الماء الجيد، ففي عصير الفاكهة الطازج وماء جوز الهند والبطيخ تكملة ممتازة وبديل جزئي عن الماء النقي.

في المستقبل سيتناول الناس عصير الفاكهة وعصارة الخضروات بوتيرة أكبر نظراً للفوائد الصحية التي تمنحها تلك العصائر.

عقدتا النقص والإستعلاء كلتاهما سيئتان

عقدة النقص سيئة مثلها مثل عقدة الإستعلاء لأن من يشعر بالنقص لن يتمكن من إظهار السمو الذي في داخله.

والإنسان كونه ذا طبيعة روحية فإنه موهوب بشرارة مقدسة ومن الخطأ والخطل التفكير بأنه وضيع أو أن يظن بأنه فوق الجميع ويتصرف تصرف من لا كرامة ولا أصل له.

عندما يظهر الشخص كبرياءه فإن ظل الكبرياء الكثيف يحجب نور الله داخل النفس.

لذلك يجب تحاشي العقدتين معاً لأن كلتيهما عائق في طريق التقدم الروحي.

فلنشعر أن الله معنا.. يلهمنا ويوجهنا وأنه الحب الأعظم في حياتنا.

العارفون بالله يشعرون أنهم خدام الجميع ولا يفكرون أنهم أفضل من سواهم.

عقدة النقص تلازم ذوي الأفكار الواهنة واللاشعور الضعيف وعقدة الإستعلاء هي وليدة الكبرياء المقيت والنفخة الكاذبة.

كلا العقدتين مدمرتان للنمو الروحي وتقومان على الوهم وتجاهل الحقيقة وليس على الفهم السليم والحكم الصائب.

يجب تنمية الثقة بالنفس من خلال قهر الضعف البشري الموروث. ويجب على الراغب أن يحاول تذوق حلاوة الثقة بالنفس من خلال إنجازات فعلية في حياته وبذلك سيتحرر من عقدتيّ النقص والإستعلاء بعونه تعالى.

سر الحيوية ومصدرها

الجسم يلزمه عدة ساعات لتحويل الطعام إلى طاقة. لكن كل ما ينبّه الإرادة وينشطها يولـّد طاقة فورية.

الإرادة تستخلص الحيوية من خلايا الجسم ومن مستودع الطاقة في الدماغ حيث يتم تخزين الطاقة المستخلصة من الطعام.

كما أن الإرادة تسحب أيضاً نشاطاً جديداُ من المصدر الكوني إلى الجسم عن طريق النخاع.

ولذلك فإن سر الحيوية يكمن في حفظ الطاقة التي لدى الشخص وجلب طاقة جديدة إلى الجسم بقوة الإرادة.

كيف يتم ذلك؟

أولاً يجب العمل برغبة وطواعية. فإن كان هناك ما يستحق العمل فينبغي عمله طوعاً واختياراً.

عندما تعمل عن طيب خاطر تمتلك مقداراً أكبر من الطاقة لأنك لا تسحب طاقة من الأعصاب في الدماغ وحسب بل تستقطب فيضاً غزيراً من الطاقة الكونية إلى الجسم.

المرأة التي تقوم بتحضير وجبة طعام شهية لحبيبها تكون مغمورة بالسعادة ومليئة بالحيوية

لكن إن تم إرغامها على الطبخ ضد إرادتها تشعر بالتعب منذ البداية.

ولذلك فإن الإرادة تجلب الطاقة.

قصة قصيرة:

ذات مرة كنت أتحدث مع أحد أصحابي عن القديسين... وكان صاحبي سمساراً فلم يشاركني حماسي، بل قال: "إن كل ما تدعوهم قديسين هم بالأحرى دجالون، ولا يعرفون الله." لم أجادله، بل غيرت الموضوع ورحنا نتحدث عن مهنة السمسرة. وبعد أن أخبرني الكثير عنها قلت بلطف: "هل تعلم أنه لا يوجد سمسار واحد جدير بالثقة... وأنهم كلهم كذابون؟" فاستشاط غضباً وأجاب بسخط: "وماذا تعرف عن السماسرة؟" فأجبته: "وهذا ما عنيته بالضبط. وأنت ماذا تعرف عن القديسين؟"

فأفحم. وتابعت القول بهدوء ومودة: "أنا لا أعرف شيئاً عن السمسرة وأنت لا تعرف شيئاً عن القديسين."

ملائكة من الطاقة

لقد خلقنا الله ملائكة من الطاقة

ووضعنا في أجسام مادية

فركّزنا كل اهتمامنا على الأجسام الهشة

ونسينا النفس الروحية المشحونة بطاقة الحياة الكونية

والآن يتعين علينا بذل مجهود حقيقي من التركيز

للإحساس بالوعي الكلي من جديد.

إن أصل النجاح يكمن في البصيرة الروحية النامية

التي من خلالها ندرك طبيعتنا غير المادية

وأن صورة الله تكمن بنا.

الزهرة الأولى في بستان الروحيات هي زهرة الإيمان والرجاء

أما الثمرة فهي المعرفة الفعلية من خلال الإختبار الذاتي.

تفاءلوا واعلموا أن خيرات وبركات الحياة في انتظاركم

ما دمتم تعملون بإخلاص وهمة

لاستعادة الإرث الإلهي المفقود.

الإنسان الروحاني الصادق هو ذلك الإنسان المتزن

الذي يشعر بالرضاء ويتمتع بصحة جيدة وبصيرة نامية

ويمتلك غنى النفس وكنوز الحكمة

ويثق بأن العون الإلهي قادم

مهما بدت الحياة قاسية والظروف معاكسة.

إن وجه الله يتراءى لنا في جمال الطبيعة

وصوته يتحدث إلينا من الأنغام الرقيقة الراقية

ومن أصوات المحبين اللطيفة العذبة

ومن خلال صوت الواجب المدوّي.

إن الحافز الذي يستحثنا نحو الخير والسلام

والسعادة والمعرفة هو صوت الله

الذي يدعونا للعودة إلى البيت المبارك

بيت الطمأنينة وراحة القلب

والتمتع بحضوره العذب

وجماله الفائق الذي لا نظير له.

الدنيا مخادعة للغاية ويجب أن نتعامل معها من هذا المنطلق. وإن لم نتغلب على خداعها وأوهامها أولاً فلن نتمكن من مساعدة أي شخص آخر.

يجب أن نتذكر بأنه في خلوة العقل المركـّز يكمن مصنع كل الإنجازات العظيمة. وفي هذا المصنع العجيب يجب أن ننسج أنماط إرادتنا باستمرار من أجل التغلب على كل الظروف المعاكسة أو التعامل معها على نحو مُجدٍ وفعال.

يجب تدريب الإرادة وتمرينها على الدوام.

أمام الإنسان الكثير من الفرص للعمل في هذا المصنع الأرضي ما دام لا يضيّع وقته ويهدر طاقاته سدىً.

إنني أنسحب في الليل من مطالب الدنيا لأكون مع نفسي

بعيداً كل البعد عن العالم

وحيداً مع إرادتي في خلوتي الروحية

حيث أسيّر أفكاري في الاتجاه الذي أرغبه

وأتخذ القرار في قرارة نفسي.

عندما أستحث إرادتي للقيام بالنشاطات السليمة النافعة تخلق لي النجاح. وبهذه الكيفية استخدمت إرادتي استخداماً فعّالاً مرات عديدة. ولكن ذلك لا يتحقق ما لم يكن استخدام الإرادة متواصلا.

أي شعور رائع ستحس به عندما تتمكن من القول ومن التأكيد "إن إرادتي المشحونة بالإرادة الإلهية ستحقق لي ما أبتغيه!"

إذا تهاون المرء وأوكل كل شيء للإرادة الإلهية دون استخدام إرادته الموهوبة له من الله فلن يحصل على النتيجة التي يتوخاها.

القوة الإلهية تريد أن تساعدك من تلقاء ذاتها.

يجب أن نطرد من أذهاننا التفكير بأن الله بجبروته وقدراته الخارقة بعيد عنا ومحتجب في أقاصي السماء، وألا ننسى بأن الإرادة الإلهية تكمن خلف إرادتنا البشرية، ولكن تلك القوة الجبارة الشبيهة بالمحيط الزاخر في مدها ومددها لن تأتي ما لم يكن العقل متفتحاً والقلب متقبّلاً.

مناجاة

أيتها الأم الكونية

لتكوني الشعلة الوحيدة في قلوبنا

ولتبددي ظلام نفوسنا.

وفي دموع محبتنا لكِ

اغسلني حبنا للدنيويات.

وفي غبطة توافقنا معكِ

بددي مرة وإلى الأبد كآبتنا وأحزاننا.

اجعلي من قلوبنا الصغيرة قلباً كبيراً

يتسع لحضورك الكلي.

وفي مرآة طبيعتك الإلهية

فلنبصر أنفسنا كاملة نقية.

لتصعد شعلات محبتنا لكِ

إلى ما فوق لهيب الشهوات الأرضية.

ملايين المغريات تتنكر بصورتك

وتخدعنا على الدوام.

* * *

تعالَ أيها الفرح الإلهي الكامل النقي!

أدخل معابد أشواقنا إليك.

لتكن الكوكب الهادي

في سرواتنا بليالي الجهل المظلمة

ولتأخذ بيدنا وترجعنا سالمين

إلى مرفأك الآمن الأمين!

همسات من الأزل Whispers from Eternity

الرباعية الأولى من رباعيات الخيام

ترجمة إدوارد فيتزجيرالد وشرح المعلم برمهنسا

تقوم شهرة عمر الخيام في الغرب على ترجمة فيتزجيرالد لرباعياته في منتصف القرن التاسع عشر، والتي تعتبر الترجمة الأفضل على الإطلاق إلى اللغة الإنكليزية.

وقد اعتبر المعلم برمهنسا عمر الخيام واحداً من كبار المتصوفة وعلى درجة عالية من معرفة الذات، وأنه استخدم الرمز للتعبير عن تجربته الروحية الذوقية، وأنه أسيء فهمه على نحو خشن، ولم يتعمق الباحثون بما فيه الكفاية لمعرفة فلسفته الروحية التي أودعها الرباعيات.

Awake! for Morning in the Bowl of Night

Has flung the Stone that puts the Stars to Flight

And lo! the Hunter of the East has caught

The Sultan's Turret in a Noose of Light

الترجمة العربية:

استيقظوا فها قد قذف الصبحُ وعاءَ الليل بحجر

مبدداً شمل النجوم تبديدا

وها صائد الشرق

قد أمسك ببرج السلطان

بأنشوطة من نور.

شرح وتفسير :

شرح المعاني:

الصبح: هو فجر الإستيقاظ من الوجود الأرضي الواهم.

وعاء الليل: ظلمة الجهل التي تسجن الروح الخالدة في الوعي البشري الضيّق المحدود.

الحجر: التهذيب الروحي.

النجوم: الوميض الجذاب للرغبات المادية.

صائد الشرق: الحكمة الشرقية الجبارة التي تقضي على فلول الأوهام.

أنشوطة من نور: إشراقة الحكمة المباركة، التي تدمر الظلام المغتصِب الذي يأسر النفس ويكبلها.

التفسير:

السكون الباطني يهمس:

"استيقظوا! واهجروا سبات الجهل، لأن فجر الحكمة قد بزغ، واقذفوا وعاء المجهول المظلم بحجر التهذيب الروحي ليحطمه ويبدد شمل النجوم الخافتة البريق للرغبات المادية الباهتة.

"أنظروا نور الحكمة الشرقية، صائد الأوهام ومدمرها، فقد أمسك ببرج الروح الشامخ بأنشوطة من نور، وبدد ظلامها المادي المقيد، تبديدا.

"أيا ساكني مدينة الأوهام، اهجروا النوم! فإن شعاع شمس الرسالة الروحية ذات الحكمة الباطنية قد ظهر.

تعلموا كيفية استخدام حجر التهذيب الروحي الصلب لكسر وعاء الجهل المظلم، وطرد الرغبة في المتع المادية المؤقتة منه.

"خذوا العبرة من صائد الحكمة الدائم البحث عن النفوس المتعشطة للنور والباحثة عن الحقيقة ليطوقها بهالة من الألق لمجيد.. ألق الحرية الأبدية."

عودة الإبن الشاطر

ذات مرة، منذ سنين طويلة، رأيت أن احد تلامذتي يسير في خط معاكس.

وإذ أدركت بالبصيرة النتائج الحتمية التي ستترتب على تصرفه. حاولت إقناعه بشتى الوسائل المنطقية للعدول عن مواصلة السير في ذلك الاتجاه، ولكني وجدت أنني لن أستطيع مساعدته

لأنه كان قد اعتزم المضي قدماً في طريق الشر.

أخيراً قلت بيني وبين نفسي:

"ما دام يريد ذلك فلأتركه وشأنه."

ولكن محبتي له واهتمامي به عاوداني بسرعة فجلست تحت شجرة تين ورحت أتصوره.

وبهمة وحماس متقد بعثت له بشكل متواصل الرسالة الفكرية التالية:

"لقد طللب مني الله كي أطلب منك العدول عما تنتويه."

عند المساء استحثني شعور بديهي قوي أحسست به في جسمي وعقلي بأنه راجع فعلاً.

وفجأة ظهر "الابن الشاطر" وقد عاد إلى البيت. فحيّا بانحناءة وقال:

"طوال النهار، حيثما ذهبت ومهما فعلت أبصرت وجهك. فما معنى ذلك؟"

أجبته: "لقد كان الله يناديك من خلالي. ذلك كان نداءه لا ندائي أنا.

لم يكن من دافع أناني في رغبتي، ولكنني صممت على عدم مغادرة

هذا المكان إلا بعد عودتك."

هذا النوع من التصميم يمكن أن يحدث تغييرات كبيرة. إنه بالفعل قوة عجيبة مدهشة!

عندما تحدد اتجاهك وتعقد العزم على مواصلة السير يجب أن تفعّل إرادتك وتبذل مجهوداً عملياً، وستجد عندها أن كل عناصر النجاح ستأتي إليك من حيث تدري ولا تدري.

في إرادتك المشحونة بالتيار الإلهي تكمن الاستجابة لصلواتك.

عندما تستخدم تلك الإرادة فإنك تفتح النافذة التي من خلالها تحصل على الاستجابة لصلواتك.

تلك هي تجربتي الذاتية. في الماضي حاولت القيام ببعض الأشياء لمجرد اختبار إرادتي، ولكنني الآن لا أفعل ذلك لأنني أعرف النتيجة مسبقاً: كل ما أريده يتحقق بفضله تعالى.

من كتاب "غاية الإنسان القصوى"

لنجعل الله راعي نفوسنا

والنور الرباني الكشاف

على دروب الحياة المعتمة.

هو بدر الهداية في ليالي الحيرة

وشمس اليقين في ساعات اليقظة

ونجم الإسترشاد في بحر ظلمات الوجود الأرضي.

لنطلب عونه ولنلتمس إلهامه

لأن العالم سيستمر في صعوده وهبوطه

وأحداثه المتلاطمة كالأمواج العاتية.

من أين سنحصل على الهداية؟

ليس من عاداتنا المتقلبة المتحيزة

ولا من بيئتنا الخاضعة للمؤثرات

ولا من بلداننا أو عالمنا

بل من صوت الحق الهادي

الصادر من أعماق الروح.

في كل لحظة أفكر بالله وحده.

لقد سلمته روحي

ووضعت قلبي في عهدته

ووجهت إليه حبي وأشواقي.

يجب أن لا نثق بشيء أكثر من ثقتنا بالله

وأن نثق من بعده بأولئك الذي يظهرون نوره.

ذلك النور هو مرشدي

وهو حكمتي ومحبتي

والقوة التي لا تـُقهر

والحق الذي لا يُعلى عليه

الآن وطوال الأبد.

هناك أناس متطرفون في تفكيرهم بحيث يعتقدون أنهم لكي ينجحوا في الحياة يتعين عليهم أن يعملوا كالآلة دون توقف.

وعلى النقيض الآخر هناك أناس لا يقلون تطرفاً عنهم إذ ما أن يصبحوا مهتمين في الأمور الروحية حتى يفقدوا الرغبة في كل شيء آخر، وذلك موقف خاطئ.

هم يعتبرون، على سبيل المثال، أن لا حاجة للقيام بأي شيء يتطلب تركيزاً دقيقاً واهتماماً مادياً، وينصحون بالزهد والتخلي عن كل شيء مادي. لكن ذلك الموقف يخفي خمولاً عقلياً

تحت عباءة من الروحانية الزائفة.

ولقد وجدت أن عظماء المعلمين مهتمون جداً بالعالم لكن دون أي ارتباط به. فعندما كان معلمي يُعطى شيئاً جميلاً كان يعتني به ويحافظ عليه، ولكن إن حدث وانكسر ذلك الشيء أو أصابه العطب، كان يضحك ويقول: "انتهى اهتمامي به إذ أخذ الكثير من انتباهي."لقد كان زاهداً لأنه كان عديم التعلق.

وأنا أيضاً أشعر بنفس الكيفية. إنني أقدّر ما يمنحه الله لي ولكنني لا أفتقده إن خسرته.

ذات مرة أهداني أحدهم معطفاً جميلاً مع قبعة، وكان طقماً مكلفاً، فرحت أهتم به وأحافظ عليه من التمزق والإتساخ إلى أن ضقت ذرعاً بذلك فقلت: "يا إلهي، إنني في غنى عن هذه المضايقة!"

ذات يوم، توجهت إلى إحدى القاعات في مدينة لوس أنجلوس لإلقاء محاضرة، وما أن وصلت ورحت أنزع المعطف حتى سمعت الصوت الإلهي يقول: "خذ معك كل الأشياء التي في جيوب المعطف." ففعلت.

عدت بعد انتهاء المحاضرة إلى غرفة حفظ المعاطف وإذ بالمعطف - حفظكم الله - قد اختفى.

زعلت كثيراً لذلك فقال أحدهم: "لا تزعل سنشتري لك معطفاً آخر." فقلت: "لست زعلاناً لأنني فقدت المعطف، ولكن لأن الذي أخذ المعطف لم يأخذ أيضاً القبعة التي تنسجم تماماً مع المعطف."

يجب أن لا نسمح لمشاعرنا بالسيطرة علينا. كيف يمكن للشخص أن يكون سعيداً إن كان لا يهتم سوى بثيابه وبمقتنيات أخرى؟

هذا لا يعني عدم ارتداء الثياب النظيفة والمرتبة أو تنظيف البيت وترتيبه ولكن المقصود هو عدم التقيد الزائد والهوس بهذه الأمور.

في إحدى المرات دعيت إلى حفل عشاء وكان كل شيء في غاية الأناقة والترتيب. استمتعت كثيراً بالعشاء لكن مضيفينا كانوا على درجة عالية من التوتر خوفاً وتحسباً من عدم سير كل شيء على ما يرام، ونتيجة لذلك أفسدوا الجو بتوترهم.

الذين يمتلكون الحساسية يشعرون بقلق الآخرين وعدم ارتياحهم. لمَ الخوف والتوجس؟ يجب أن نعمل أفضل ما لدينا ثم نستريح ونريح. يجب أن ندع الأمور تأخذ مجراها الطبيعي دون أن نعمد إلى تغييرها بالقوة، وعندئذ سيرتاح الذين من حولنا أيضاً.

قطوف برمهنسية

خلف الإرادة البشرية تكمن الإرادة الإلهية والهدف من الإنسياب غير المحدود للطاقة الكونية

هو إظهار كل ما هو صالح ونافع في الحياة.

لهذا السبب فإن من يثبت ويظل متوافقاً مع الإرادة العليا سيكتب له النجاح بعونه تعالى.

الإرادة هي طاقة ورغبة موجّهتان نحو إنجاز هدف محدد.

لا يمكن القيام بأي شيء دون الإرادة، بل لا يمكن استحداث ولو حركة بسيطة في الحياة اليومية دون استخدام الإرادة.

معظم الناس يقومون بأشياء غير جوهرية ولا يركّزون جهودهم بطريقة بنّاءة.

الأمنية تختلف عن الإرادة مع أن الأمنية يمكن أن تعمل كمحفز للإرادة.

في تنمية قوة الإرادة يجب أولاً وقبل كل شيء امتلاك التصميم واستخدام الإدراك والتمييز والحكمة.

يلي ذلك تدريب واستخدام الإرادة على نحو واعٍ لبلوغ الهدف المنشود.

ويتعين مواصلة السير وبذل المجهود حتى تحقيق المبتغى.

عندما يعقد المرء العزم على بلوغ غاية نبيلة يصبح من غير اللائق أن يكف عن المحاولة

أو أن يستسلم للظروف المعاكسة.

عندما يكون الوعي متوافقاً مع الإرادة العليا ويتم تركيز الفكر والإرادة على فكرة معينة دون توقف ستتشبع قوة الإرادة بالنشاط الكوني الذي لا حد له ولا نضوب لمعينه.

الإرادة البشرية المحكومة بالجهل والشهوات تجلب على صاحبها الآلام والمتاعب.

ولتذوق طعم السعادة الحقيقية يجب أن تتغلب الرغبات الصالحة على الطالحة وأن يتم توجيه الإرادة في المسار الصحيح نحو ينبوع الحق ومصدر كل خير في الوجود.

لماذا يتعين على الإنسان الإمتناع عن شهادة الزور؟ لأن الزور ينمّي الرياء والنفاق.

الغدر هو من أكبر الكبائر في نظر الله. فالتقوّل زوراً وبهتاناً على أحدهم لمكسب شخصي أو رغبة في الإنتقام هو نوع من الحلف الكاذب. ولو اتبع كل واحد هذا الأسلوب لعمّت الفوضى ولساد الهرج والمرج بين الناس.

كما أن الإصغاء لشهادة زور ضد شخص آخر هو تأييد لشاهد الزور ومشاركة له في سلوكه المشين، ولا بد أن يتحول ذلك الإصغاء والتأييد إلى صراع عاطفي داخلي يمزق سلام النفس ويعكر صفو العيش.

وحتى لو تم تبرير ذلك مؤقتاً لكن الفعل سيرتد بقوة في نهاية المطاف ويخلق كرباً وألماً نفسياً يقلق الوعي ويصفع الضمير.

كما أن للحسد مضاراً وعواقب وخيمة، إذ يجلب للحاسد معاناة ذاتية لأن ما يطلقه المرء من أفكار ومشاعر سيرتد إليه ثانية.

من يمنح المحبة والإيثار سيحصل في المقابل على مودة ومعاملة إيثارية أما من يبعث بأفكار الجشع والأنانية والحسد فسيجلب هذه الأشياء لنفسه بنفس المقدار.

ولماذا يتعين على الإنسان أن لا يسرق؟

كيف سيكون العالم لو أن كل واحد عاش على التشليح والسلب والإبتزاز؟ والحالة هذه ستـُقترف أفظع وأبشع الجرائم. سيكون هناك اقتتال ضارٍ لحماية ممتلكات واستعادة مسروقات.

السرقة هي تصرف منافٍ للأعراف الإجتماعية وتسلب الآخرين حقوقهم ولذلك فهي ضد نواميس الوجود ولا تمتلك المجتمعات المرافق المناسبة والطرق الناجعة للتعامل مع الجناة.

عندما يودَع اللصوص السجون فقد تصبح عاداتهم أشد رسوخاً وقد يكتسبوا أيضاً عادات جديدة سيئة أثناء مخالطتهم جناة آخرين. وإن حصل ذلك فإنهم سيكونون عند خروجهم من السجن أسوأ بكثير مما كانوا عليه قبل دخوله.

نسألك يا رب أن تباركنا كي لا نسمع شراً ولا نبصر شراً ولا ننطق شراً ولا نستنشق شراً

ولا نلمس شراً ولا نحس شراً ولا نفكر شراً ولا نحلم شراً

إن القوى التي نستخدمها كل يوم:

- مدركاتنا الحسية

- ومشاعرنا

- وذكاؤنا

كلها مقترضة من الله ولا يمكننا العيش ثانية واحدة بدونه.

مع ذلك، وفي الوقت الذي نستخدم فيه هباته لا نفكر به كما ينبغي ولا نوليه الإهتمام اللائق به

بل نتعقب المتع الحسية والطموحات الدنيوية بتحقق تام مع العالم المادي وارتباط كامل به..

وهذا هو السبب الجذري لكل آلامنا ومعاناتنا.

لقد خلقنا الله على صورته ولذلك لا يمكننا أن نعرف طعم السعادة الحقيقية ما لم نكتشف حضوره في داخلنا ونتذوق رحيق غبطته في نفوسنا.

ولا يمكننا أيضاً امتلاك القوة المباركة اللازمة للحصول، بالإرادة، على ما نحتاجه يومياً

ما لم ندرك بأن الله هو مصدر تلك القوة الذي يتعين علينا الإعتماد عليه والتوجه إليه

بقلوب شاكرة على كل النعم التي يمطرنا بها بسيل متواصل.

{لَئِنْ شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ}

عندما تطفح قلوبنا بالشكر للواهب الأكرم تصبح هياكل مقدسة لحضوره المجيد وذلك هو أعظم إنجاز يمكن أن يحققه المرء لأن غاية الحياة هي توافق الإنسان مع خالقه والتقرب منه والتعرف عليه.

{اطلبوا أولا ملكوت الله وبره وهذه كلها تـُزاد لكم}

فبتذكرنا الدائم لله وتفكيرنا الودي به سندرك أنه حبيبنا وأننا خاصته وبأن لنا نصيباً في لكوته..

ملكوت الغبطة والمحبة والنور والخير.

عندما نتأمل بركات الله العميمة ومن أعظمها إمكانية توظيف حرية الإختيار في اتباع المسار الصحيح المفضي إلى التوافق مع المقاصد العليا وبلوغ السعادة الروحية يصبح كل يوم

مفعماً بفرح باطني متجدد ونشعر بانسياب تيار مبارك إلى حياتنا فيغمر الشكر قلوبنا ويصبح للحياة طعم ومعنى.

إن الإنسان الذي يستطيع من خلال التفكير التأملي رؤية القانون الإلهي الذي يعمل بكيفية غامضة لا يكف عن التسبيح شكراً وتواضعاً للذي يليق به كل حب وتسبيح وامتنان.

فلنتذكر الله مصدر كل خير في الوجود ولنمزج تذكّرنا بحب صادق نابع من أعماق القلب

لله الذي منه تفيض الحياة وتشع المحبة وتنسكب البركات دون انقطاع.

ولنتذكر بمودة كل من أضاء شمعة للإنسانية أو نثر بذوراً صالحة في تربة العالم أو نشر أفكاراً مضيئة أو شجّع على عمل طيب وسلوك نبيل.

لنفتح قلوبنا للمحبة ولنجعل عقولنا متقبلة للإلهامات النيرة ولنسأل الله العون والهداية

فيما نفكر به ونقدم عليه من أعمال.

الخوف يسمم القلب

العقل البشري هو مستودع هائل من الطاقة أو النشاط الحيوي.

هذا النشاط يتم استخدامه على الدوام في الحركات العضلية وعمل القلب والرئتين والحجاب الحاجز والاستقلاب الخلوي وتفاعل الدم الكيماوي، وفي عمل أجهزة الحس الآلية (الأعصاب).

بالإضافة إلى ذلك فإن كمية كبيرة من النشاط الحيوي يتم صرفها في التفكير والعاطفة والإرادة.

الخوف يوهن النشاط الحيوي وهو من ألد أعداء الإرادة الفاعلة.

الخوف يعتصر ويعيق نشاط الحياة الذي ينساب عادة بانتظام نحو الأعصاب فتبدو وكأنها قد أصبحت مشلولة، فيهمد الجسم وتتناقص حيويته بشكل محسوس وملحوظ (الخوف قطاع العصب!).

الخوف لا يساعد على التخلص من سبب الخوف. إنه يوهن الإرادة ويستحث الدماغ كي يبعث بإشارة تعويقية إلى أعضاء الجسد. والخوف يسمم القلب ويعيق عملية الهضم ويسبب العديد من الاضطرابات البدنية.

عندما يظل الوعي مركـّزا ً على الله فلن تخشى شيئا ً وستتمكن من قهر كل عائق وعقبة

بالشجاعة والإيمان. الـ "أمنية" هي رغبة تعوزها الطاقة أما "النية" فهي اعتزام القيام بشيء ما: تحقيق أمنية أو رغبة. لكن "الإرادة" يمكن التعبير عنها بالقول: "إنني أعمل دون توقـّف حتى أحقق ما أريد."

عند تدريب الإرادة، يمكنك إطلاق قوى من النشاط الحيوي وتوجيهها وليس عند تمني الحصول على شيء ما دون القيام بما يلزم لتحصيل ذلك الشيء.

يجب أن لا نفقد الأمل بل ندرك أن الله يتيح لنا الفرصة تلو الأخرى لتحسين أحوالنا وترقية أفكارنا وابتكار أشياء جديدة ونافعة لنا ولغيرنا في الحياة.

إن كان أسلوب حياتنا لا يعجبنا فيجب أن نستكشف طرقاً وأساليبَ جديدة تمنحنا قدراً من الرضاء والراحة النفسية..

وينبغي لنا أن نفكر بعمل ما من شأنه تحسين أحوالنا وجعل حياتنا ذات جدوى ومعنى وأن نطبق ذلك على أرض الواقع.

ما تمس الحاجة إليه هو تغيير الوعي أو تعديل مساره.

يجب أن نصمم على أننا لن نسمح للمشاكل بأن تؤثر بنا وتفقدنا توازننا وبأننا لن ندع الأشياء المقلقة تنغص حياتنا وتحتل مشاعرنا وتفسد أجواءنا.

وبأننا لن نكون ضحايا العادات الضارة والطباع المؤذية وبأننا سنكون أحراراً طلقاء كالطيور في الأجواء.

لا حاجة لأن يبقى الناس كأحلاس الجمود دون حركة أو تجديد. يجب نزع أغلفة الوهم عن جوهر الروح حتى يشع بنقائه وقوته ويظهر روعة النفس الشريفة التي وهبها الله للإنسان.

إن الله ليبارك الجهود الطيبة والطموحات المشروعة والتصميم على النجاح.

خلف حياتنا تكمن قوة الروح الأعظم وخلف إرادتنا يقبع المحيط الكوني للإرادة الإلهية.

إننا جزء لا يتجزأ من ذلك الأوقيانوس الذي لا ساحل له. وعندما نصل إليه ونعوم به، يتمدد وعينا فنشعر باتساعنا.

التفكير به يقربنا منه والتأمل عليه يوصلنا إليه.

والجهد الموصول للتناغم معه يمدنا بالمعرفة والعزيمة والنشاط..

والتحضير اليومي للوعي يجعل الحب الإلهي والبركات السماوية

تنساب إلينا دون انقطاع ويكتب لنا نصيباً وافراً في كنوز المحيط.

يوجد وعي إلهي كامن في كل إنسان.. وعيٌ ينتظر الفرصة للإعراب عن ذاته

والخروج من سرداب الأنا (الأيغو) الضيق والمقيّد.

وكما يستيقظ الإنسان من كابوس مزعج ليدرك أن ما رآه لم يكن سوى مجرد حلم هكذا يستحث الوعي الإلهي الإنسانَ

كي يستيقظ من كابوس الغفوة والتيه إلى وعي جديد وفهم سديد لمعنى وغاية الحياة.

إن أردنا اختبار فجر اليقظة الروحية ومعاينة أنوار اليقين فيجب أن نصغي للصوت الداخلي

ونستجيب لإيحائه. ويجب أن نزيح عن الدرب حجارة الوهم وصخور الجهل التي تعيق مسيرة الروح وتعرقل حركتها..

وأن نقرع بيد الشوق باب اليقظة من سبات اللامبالاة علنا نتنسم نفحات الغبطة ونجلب الكهرباء السماوية إلى كل فكرة من أفكارنا وكل شعور من مشاعرنا

وكل عمل من أعمالنا.

نسأله تعالى أن يفتح في وعينا نوافذ الإدراك ويغمرنا بنور الحكمة ويحوطنا بمحبته ويشملنا بحنانه الأبدي.

من بين الذين أتوا إليّ كان هناك أشخاص قلت لهم منذ البداية وبصراحة أن دوافعهم لم تكن سليمة وطلبت منهم تغيير تلك الدوافع.

قلة منهم لم يعجبهم قولي لكن آخرين تجاوبوا وتغيروا نحو الأفضل.

المراءاة لا تفضي إلى نتيجة طيبة وأذكى الأذكياء لا يستطيع إخفاء ما تظهره عيناه

فتاريخ المرء بكامله مدوّن في عينيه.

إن رغبت في معرفة طبيعة أحدهم فاسأل الله كي يطلعك على حقيقة ذلك الشخص

لأنك لا تريد أن تنخدع، وستشعر في أعماق قلبك بطبيعته الحقة ولن يخطئ حدسك.

عندما نتحدث إلى جليسنا يجب أن ننظر مباشرة في عينيه وننطق بثقة ويقين وصدق.

وعندما نصافح إنساناً يجب أن ننقل إليه مغناطيسية محبتنا وإخلاصنا وأن نحاول مساعدته على قدر استطاعتنا.

يجب أن يكون الراغب في المعرفة إيجابياً وأن يعمل على تنمية مغناطيسيته الروحية، عندئذ سيهبه الله القوة على مساعدة الآخرين ونقل اهتزازات مباركة إليهم.

قد أرتحل إلى ما وراء أقصى الكواكب والنجوم ولكني سأكون لك على الدوام. مريدوك قد يأتوا وقد يمضوا في سبيلهم ولكني سأصحبك وأكون لك على الدوام. قد تتقاذفني أمواج التجسدات العديدة وأحس بالوحشة والوحدة ومع ذلك سأكون لك على الدوام.

العالم المتلهي بألعابك قد يسلاك ولكني سأذكرك على الدوام. قد يخبو صوتي ويخذلني

ولكن بعبارات روحي سأهمس: "سأكون لك على الدوام".

المحن والأمراض والمنية قد تمزقني وتنخل جسدي ولكن ما دام في ذاكرتي بقية من بصيص

انظر في عينيّ المحتضرتين.. إذ من خلالهما سأقول لك: "سأحبك طوال الأبد وسأبقى وفياً لك على الدوام!"

أقول لكم صدقاً أنني حصلت على الإجابات لكل أسئلتي ليس من البشر بل من الله نبع الجود

ومصدر كل معرفة في الكون.

فهو ملهمي الأوحد في الحياة وعندما أتحدث أطلب منه كي يشحن كلماتي بقوته وحقه وحبه ونوره فأحس بأمواج من الغبطة تغمرني لأن حبه الأعظم ينسكب في النفس كهبات النسيم العليل أيام الحر ويتواصل انسكابه بقوة ليل نهار.. أسبوعاً بعد أسبوع وعاماً بعد عام فلا تعرف أين النهاية.

الإنسان يفكر أنه بحاجة للحب والثراء من مصادر بشرية لكن خلف كل حب ووراء كل ثراء

الحب الإلهي الذي لا يتغير والغنى الروحي الذي لا يقاس به ثراء أرضي ومن يدرك بأن الله هو مصدر كل حب ونعيم ونعمة سيعثر عليه ويسعد به أيما سعادة.

}فاللهُ يعطي من لهُ يرجو ومنْ

ينظرْ إليهِ لا إلى المخلوقِ

يخفـّفُ عنهُ البلايا والمِحنْ

ويبعدُ الشرَّ عن الطريقِ

في قلبـهِ نحيا حياة ً هانئة ْ

وتشعرُ بهِ النفوسُ الهادئة ْ

وعندما نحتاجهُ يُسعفنا

بلمسةٍ فيها العزاءُ والهنا

والخيرُ يأتينا كغيثٍ منهمرْ

لا ينقطعْ مددهُ طولَ العمرْ

تباركَ الرحمنُ ما أعظمَهُ

هو لنا دوماً كما نحنُ لهُ{

إلهامات عليا

أيها المبدع الإلهي

يا سيد الكون

ويا مدبّر ومسيّر الكواكب والنجوم والمجرّات.

إن حكمك العادل يقضي بمنح الإرادة الحرة وحرية الإختيار لعيالك المواطنين، بما يساعدهم على التطور الذاتي والتقرّب من مبادئك ومثـُلك المقدسة.

لقد وهبتنا الحرية الأبدية وغرست بنا بذور الوعي الكوني. لكننا وللأسف قيّدنا وعينا الشمولي خلف قضبان الأنانية والكراهية وضيق الأفق والتعصب الأعمى.

ساعدنا يا رب كي نذيب - بمحبتنا الدافئة وفهمنا الأخوي – كل الحواجز والموانع الجليدية المصطنعة بيننا وبين الآخرين.

ساعدنا كي نستعمل يقظة الضمير والتمييز الحصيف في ضبط النفس والسير باستقامة على دروب الحياة.

وباركنا كي نضاعف ثراءنا الروحي وتعاطفنا الوجداني بتوسيع دائرة محبتنا الوطنية لتشمل كافة سكان الأرض، بصرف النظر عن اللون والطبقة والجنس والمعتقد.

يا سيد الكون، دعنا نحترم ونراعي استقلالية كل البشر المولودين أحرارا.

وباركنا كي نبني عالماً متحداً وننتخبك رئيسا روحيا علينا مدى الحياة.

من أعماق الروح

يا رب، لتتوهج جمرات أشواقي

بحضورك القدسي على الدوام.

لقد بنيتُ هيكلاً لأشواقي

في كل فكرة من أفكاري

فهلاّ افتقدتني بزيارة

وجلست على عرش حبي لك؟!

ألا فلتتبع أفكاري إرشاداتك الحكيمة

ولتكن الفرح الأعظم في حياتي.

من بوابة التفكير بالله والتأمل عليه

سأدخل إلى معبد السلام المستدام.

اليوم سأشعل حزمة أعواد الهموم والمخاوف

لأضيء معبد الله في روحي.

سأبحث عن الله في خلوة نفسي

وسأبتهل بحرارة إلى أن ينبض قلبي بحبه

وأشعر باستجابته لصلواتي.

ألا ليت شرارة حياتي تمتزج بشمس الله

وتومض في كل العيون المُحبة للخير.

سأرش العالم الممزق بالحروب

بأفكار سلامي ومحبتي.

سأدخل الصرح الرباني

وألامس الوعي الكوني

من خلال غبطة التأمل والحب الإلهي.

الحماية الإلهية تغمرني دائماً وأبداً

ونور الله يلازمني ويبدد الظلام من حولي..

وما دمت أمشي بنوره الهادي فلن أعثر

ولن أبتعد عن الطريق القويم.

وجدانيات حية

يا روح الوجود وسيد الأكوان

إنك خلف بصري الذي به أرى جمالك البادي.

وخلف مسمعي الذي به أصغي لخليط الأصوات الأرضية.

إنك خلف ملمسي الذي به أتحسس الأشياء في عالمك الأرضي.

وما وراء حجاب الطبيعة الذي يواري وجهك البهي.

أراك في نظرات الزهور المواسية

وأتذوقك في نكهة الطعام المغذي

وأستشعر جوهرك الإلهي وعذوبتك الأبدية

في كل ما في الوجود من خيرات وروائع.

أبتهل لك يا رب وأنت خلف صوتي المتهدج

وخلف عقلي الذي به أبتهل.

إنك ما وراء أبلغ مشاعري..

ما وراء أفكاري وطموحاتي القدسية وحنيني إليك.

إنك ما وراء تأملاتي.. وما وراء حبي الرقيق!

ألا ليتك تبزغ من خلف ستائر المشاعر البشرية

والمرائي الطبيعية الخلابة.

افتح عيني الروحية كي أراك تماما كما أنت!

الحياة بدون الله ناقصة

عندما نتصل بالله سيلهمنا الإدراك الحدسي ويوجّهنا في كل ما نفعله.

يجب أن نمتلك تلك القوة المباركة بصورة واعية. تلك القوة موجودة في داخلنا ولن نحتاج سوى للكشف عنها.

ستجدون أن تلك القوة تعمل في كل شيء لتحسين أحوالكم وتسهيل أموركم. وعندما تلامسون تلك القوة ستنبض عافيتكم بالطاقة الكونية وستصبح أفكاركم أكثر رهافة وتركيزاً

وحدّة ونفاذاً.. وستدركون أن نفوسكم هي وعاء لحقيقة الله الحية وحكمته التي لا تعرف النضوب أو النفاد.

الله هو ينبوع الصحة والرخاء والحكمة والفرح الأبدي. وعندما نتواصل معه تصبح حياتنا كاملة متكاملة.

الحياة بدون الله ناقصة يجب أن نفكر بتلك القوة العظمى التي تمنحنا الحياة والهمة والحكمة.

ويجب أن نبتهل كي ينساب ذلك الحق إلى عقولنا وتنساب تلك القوة إلى أجسامنا وينساب ذلك الفرح غير المنقطع إلى أرواحنا.

خلف ظلمة العيون المغمضة توجد قوى الكون العجيبة وكل النفوس الطيبة والأرواح الراقية

والإمتداد اللامتناهي لأفلاك الروح.

إن تأملتم ستدركون الحق المطلق وسترون عمله العجيب في حياتكم وفي كل ما هو رائع ومجيد في الخليقة.

على دروب الأشواق

إن الله يناديني

من خلال النفوس المتفتحة

والقلوب الطيبة.. النابضة بالمحبة

والعامرة بالإيمان.

كل عمل طيب يقوم به المريد

يقرّب وعيه خطوة

من مشارف الوعي الكوني.

دعني أتوجه إلى الداخل يا رب

لأبصر جمالك الإلهي

وأنعم برؤية أنوارك السنية.

إن كانت حياتي موجّهة بحكمتك الربانية

فلا بد أن تتكلل مساعيَ بالنجاح

ولن أضل السبيل.

باركني يا رب كي تصفو بصيرتي

وتتنقى روحي

فأبصر شمس اليقين

وأتلذذ بمعرفة الحق.

اليوم سأنسى مصاعبي السابقة

وسأواجه الحاضر والمستقبل

بجرأة وثقة بعون العلي القدير.

سأشحن جسمي بالطاقة الكونية

وأغسل كياني بنور الوعي الإلهي الشافي.

كالسديم الكوني

يغمر السلام وعيي

وأحس بحضور الله اللامتناهي.

نوّر يا رب بصيرتي

واملأ وعاء عقلي

بالفهم والمعرفة

وليسطع شعاع محبتك

على دروب حياتي.

في أرخبيل الجـُزر الزرقاء

من شرفتي رنوت ببصري نحو الغرب، فانطلقتُ على أجنحة الخيال ووقفت على شواطئ الأفق البعيد. وقد أبصرت عن يميني وشمالي سلسلتين من الجبال ما لبثتا أن تحولتا إلى لون بنفسجي غامض.

وعندما أعدت النظر إليهما كانت يد خفية قد غلفتهما بغلالة من اللون الأزرق الغامق. وكانت تقبع خلفي مدينة غوادالاهارا المغمورة بشفق الغروب. أما السماء الشرقية فقد باتت موشحة بألوان وردية خفيفة. وإذ تطلعت إلى الأمام أبصرتْ عيناي مدينة سحرية من الجـُزر الزرقاء السابحة في بحيرة من ذهب.

وفي أرخبيل الجـُزر الزرقاء السحرية هذا برزت تلة ضخمة من الكلس الأزرق كانت تحيط بها سحب بركانية بلون أبيض رمادي وهي تقذف فوارات من حمم بلون الذهب الأحمر الوهاج، تتساقط مائلة كقوس قزح نحو البحيرة الساكنة. أما اللهب الذهبي الكثيف فقد أحاط الجزر الزرقاء بهالات ضوئية مشتعلة.

القمة الزرقاء وتاجها اللهبي انعكسا كتوأمين على صفحة تلك البحيرة الذهبية الصامتة. وإلى أقصى اليمين كانت بحيرة هادئة صغيرة مشعشعة وقد توسدت صدر إحدى الجـُزر الزرقاء كالبدر السابح وسط أمواج الغيوم.

لقد تجولتُ طويلا في مدينة الغروب والغيوم السرابية، عائماً على سطح البحيرة ذات الضوء الذهبي الرقيق. ويا لروعة تلك المياه الذهبية المرصعة بعناقيد الجليد الحمراء المنتشرة في كل اتجاه حتى حافة الأبدية.

خِلتُ أن كائنات من نور كانت أرواحاً طيبة على هذه الأرض، وبعد اجتيازها بنجاح كل امتحانات الحياة سُمح لها كي تمرح وتجسد أحلامها حسبما شاءت.

كل يوم عند ساعة الغروب كانت تلك الكائنات تكثف أحلامها السماوية في مدن أثيرية تحيط بها بحور وبحيرات من ذهب.

هناك.. وخلف قبضة الأحزان وما وراء مصائد هذا العالم الأرضي بما فيه من مآس وآلام..

هناك.. ما وراء المنغصات كانت تلك الكائنات تتنفس أضواءً حمراء وتشرب أشعة برتقالية وتنأى وتدنو وتسرح وتسبح في خضم أنوار متعددة الألوان.

هنا كانت تلك الكائنات تحقق أحلامها وتجسد خيالاتها على الفور كما تشاء ، ثم تذيبها وتلاشيها بإرادتها.

هنا كانت تنعم تلك بكنوز القناعة والرضى وتجود بتحقيق أحلام كل من يزورها في عالمها السحري العجيب.

هنا لم يحتم عليها الإنتظار والتمني كالبشر كي تتحقق أحلامها وتدرك أمانيها، بل حلمت كما شاءت وحققت كل تلك الأحلام والأماني بمحض إرادتها.

مدينة الغروب تلك في جزر الأحلام كانت حلماً من أحلامي المتناومة في طيات اللاشعور وقد تحقق اليوم أيما تحقيق!

حقاً لقد أبصرتُ كنوز روحي الدفينة وذخائرها المخبأة فغمرني نورها وبهرني سطوعها!

برمهنسيات: طيوف الوجد الإلهي

التواضع يا رب، هو أضمن طريقة

للحصول على أمطار رحمتك الإلهية.

سأضع ثقتي في عدلك الإلهي وفي مبادئ الحق

مدركاً أنك تستجيب لنداء الحب وأشواق القلب.

بالتعاون الوثيق مع إرادتك الكلية

وبإيماني المطلق بك

سأحصل على عونك وأحس بقربي منك.

اليوم سأؤدي واجبي نحوك

مثلما أفي بالتزاماتي نحو العالم.

أيها المحبوب الأعظم

أنتَ الصدى الأثيري المتردد في محاريب القلوب

وأنت صوت المشاعر الذي لا تلتقطه الآذان.

الحظوة بحبك لأعظم بما لا يقاس

من كل الإعتبارات الدنيوية

وكل الأمجاد الأرضية.

بإيماني المطلق بك

أرى ظلال المرض تتوارى وتذهب دون رجعة.

سأراك يا رب من نوافذ الطبيعة وأبواب السلام.

أفِض علينا ببركاتك

واغمرنا بأمواج طاقتك الكونية

وابعد عنا الأنانية

التي تحول دون تقارب النفوس

والتقائها على حب الخير والنور.

دعني أسقي رياحين ابتهالاتي

بمياه التفكير بك والتأمل عليك يا إلهي

كي تنبت زهوراً جديدة ناضرة

من الإلهام والسلام والسعادة.

الطريقة الوحيدة لتلافي الأفعال الخاطئة هي بتنمية الحكمة السديدة لتمييز الخطأ والتصميم على عدم فعله.

إن خطأ يحارب خطأ آخر لا ينتج صوابا. الجهل هو عدو الإنسان الفعلي وينبغي إبعاده عن هذا العالم. لدينا كل ما نحتاجه في هذا العالم كي نأتي بعصر الرخاء والسعادة والعدالة المثالية.

العقبة الوحيدة هي أنانية الإنسان التي تجعل ذلك مستحيلا. إن آلاماً فظيعة لا مبرر لها تسببها أثرة الإنسان وحبه لمنافعه الذاتية دون أي اعتبار للآخرين.

فالمال الذي يمكن استخدامه في إطعام المحتاجين وكسوتهم يُستخدم بدلا من ذلك في التدمير والهلاك. إن علة وأصل المشاكل العالمية هي هذه الأنانية وليدة الجهل.

كل واحد يفكر أنه يفعل الصواب، ولكنه عندما يسعى لتحقيق مآربه الشخصية فقط فإنه يحرّك ويدفع عجلة القانون الكارمي للسبب والنتيجة الذي سيقضي حتما على سعادته وسعادة الآخرين.

كلما شاهدتُ المزيد من مآسي العالم الناجمة عن جهل الإنسان، كلما أدركتُ أن السعادة لن تكون دائمة حتى ولو صُبّت الشوارع ذهبا.

السعادة تكمن في إسعاد الآخري، ولو فعل كل واحد ذلك لأصبح الجميع سعداء

ولحصل كل واحد على نصيبه من خيرات الأرض.

بما أننا أتينا إلى هذا العالم من حيث لا ندري، فمن الطبيعي لنا أن نتساءل عن أصل وغاية الحياة.

إننا نسمع عن خالق لهذا العالم ونقرأ عنه ولكننا لا نعرف طريقة للتوصل إليه. كل ما نعرفه هو أن الكون بأسره يعلن عن وجود عقله الإلهي.

وكما أن القطع والأجهزة الصغيرة والدقيقة لساعة صغيرة تجعلنا نعجب بالساعاتي؛ ومثلما تثير آلات المصنع الكبيرة والمعقدة دهشتنا وإعجابنا بمخترعها، هكذا عندما نرى عجائب الطبيعة ندهش من الذكاء المحتجب خلفها، ونتساءل: "من أعطى الزهرة شكلا نابضا بالحياة ومتجها نحو الشمس؟ من أين أتى عبيرها وجمالها؟ وكيف تكونت بتلاتها بتلك الدقة المتناهية وخضبت بالألوان الرائعة البهيجة؟"

في الليل تحفزنا النجوم والقمر الناشر ضياءً فضيا من حولنا كي نتأمل على الوعي الذي يسيّر هذه الأجرام السماوية في الفضاء السحيق. ضياء القمر الناعم لا يكفي للنشاط اليومي، وهكذا فإن عقلا حكيماً حليماً يوحي لنا بالراحة في الليل. ثم تشرق الشمس فيجعلنا نورها الساطع نرى العالم من حولنا بوضوح وصفاء، ونأخذ على عاتقنا تحقيق ما يعرض لنا من احتياجات.

هناك طريقتان لتحقيق احتياجاتنا: الطريقة المادية والطريقة الروحية. عندما تسوء صحتنا، على سبيل المثال، يمكننا الذهاب إلى الطبيب قصد العلاج. ولكن يأتي وقت لا يمكن لطبيب أو غيره تقديم المساعدة فنتحول إلى الطريقة الثانية؛ إلى القوة الروحية التي صنعت جسمنا وعقلنا وروحنا.

القوة المادية محدودة، وعندما نفشل نتوجه إلى القوة الإلهية غير المحدودة. وهذا ينطبق أيضا على حاجياتنا المالية. فعندما نبذل ما بوسعنا دون الحصول على ما يكفي، نتوجه إلى تلك القوة.

كل واحد يظن أن مشاكله هي الأسوأ. بعض الناس يشعرون بالضغوط أكثر من سواهم لأن مقاومتهم ضعيفة. ونظرا للفوارق في قوى البشر النفسية فإنهم يبذلون مقادير مختلفة من الطاقة. إذا واجهت الشخص صعوبة كبيرة جدا، وكان عقله ضعيفا، فلن يتمكن من التغلب على المشكلة. ذوو العقول الجبارة يستطيعون التغلب على صعوباتهم بهدم حواجزها وزعزعة أسسها. ومع ذلك فقد واجه أقوى البشر الفشل أحيانا.

عندما تواجهنا متاعب ومصاعب مادية وفكرية وروحية قاهرة ندرك كم هي محدودة قوى الحياة في هذا العالم المادي.

يجب ألا تكون جهودنا مكرسة لتحصيل الصحة الجيدة والضمان المادي وحسب، بل للبحث عن معنى الحياة أيضا.

ما هي غاية الحياة؟ عندما ترضـّنا الصعوبات رضّاً نلجأ إلى محيطنا أولا، محاولين القيام بكل التعديلات المادية التي نظن أن العون يكمن فيها. ولكن عندما نصل إلى طريق مسدود ونقول: "إن كل محاولاتي باءت بالفشل، فماذا يمكنني أن أفعل أكثر من ذلك؟" نبدأ بالتفكير الجاد حول إيجاد حل ناجع لمشكلتنا. وعندما نبلغ بتفكيرنا عمقاً كافياً نحصل على الجواب من داخلنا. وهذا شكل من أشكال الصلاة المستجابة.

في هدأة روحي

دعني ألتقيك يا رب!

تملَّكني، ودعني أشعر بحضورك الأبدي

في داخلي ومن حولي.

في خلوة أفكاري أحنُّ لسماع صوتك

أبعد عني الأصوات الأرضية الكثيفة

المتوارية في ذاكرتي.

أود الإصغاء لصوتك الهادئ الهادي

والشادي على الدوام في سكينة نفسي.

إلهي، حيثك كلي الوجود

فلا بد وأنْ تكون موجوداً

في أعماق كياني ووجداني.

ساعدني كي أظهر ولو جزءاً يسيراً

من الكنوز المخبوءة في منجم روحي!

أيها النور الوهَّاج

يقظ قلبي

صحِّ نفسي

واملأ هيكل روحي بمجدك.

أيا نجم القطب الأزلي!

حيثما تجولتُ وكيفما تحوّلتُ

تظل إبرة بوصلة عقلي المغناطيسية تشير إليك.

وسواء كنت ملفوحاً برياح سوء الطالع

أو مبللاً بأمطار المحن والبلايا

ارشد مع ذلك عقلي

للتوجّه نحوك على الدوام.

إن طائر محبتي الضارب بجناحيه

وسط غيوم الحيرة

وعواصف التشويش

سيعثر بكل تأكيد على طريقه إليك.

في غابر الأزمان

في قلب الأثير

عندما أتينا إلى الوجود كأرواح

كنا جميعنا نغفو

تحت لحاف الحب الإلهي.

وعندما أيقظنا الله

انطلقنا بعيداً عنه

كما في قصة الإبن الشاطر

فنسينا صلة الرحم الإلهية فيما بيننا

وأصبحنا غرباء عن بعضنا.

وإذ هجرنا بيتنا السماوي

أصبحنا في هذ العالم

رحّالة نجوب أصقاع الأرض

ونسير على دروب القـَدَر.

لقد أوغلنا في السير

وابتعدنا كثيراًـ عن بيتنا الأصلي.

مع ذلك.. وبين الحين والآخر

توقظ بنا بعض الأماكن والتجارب والوجوه

ذكريات دفينة وأحاسيس باطنية عميقة

تهمس لنا

فنحس بأننا نختبر من جديد

أموراُ عرفناها من قبل

ونلتقي ونتواصل مع أحبة

كنا منهم قريبين

في الماضي السحيق.

يا مبدع الأكوان..

إن نورك يسطع في العظماء

فلتلهم معرفتهم الإلهية فهمنا

ولندرك أنك الهدف الأسمى

الذي نسعى لبلوغه

والطموح الأعظم

الذي نتطلع لتحقيقه.

أنعشنا بنسائم وجودك العاطرة

واملأنا شوقاً لحضورك المجيد

وليختمر كياننا بحكمتك الربانية.

دعنا نشعر أن نورك القدسي

يتخلل كل جوانب حياتنا

ويشحن عزائمنا

ويبدد ظلامنا

ويغمرنا بالسلام

والتفاؤل

والهمة للقيام بالأعمال الخيّرة.

بين الأمير والناسك المستنير

ذات مرة، ذهب أحد الأمراء المتجبرين في رحلة صيد مع خدمه وحشمه، كاملي العدة والعتاد، فتوغلوا في الغابة نافخين الأبواق، قارعين الطبول.

وبعد اصطياد بعض الطيور والغزلان والنمور الشرسة، أدرك الأمير وحاشيته أنهم ضلوا سبيلهم.

كان لديهم الكثير من الطعام لكن ليس الماء. وبالرغم من بحثهم الحثيث عن الماء في الغابة لكنهم لم يعثروا عليه. ولم يكن لديهم ملجأ يقيهم هجمات وحوش الليل الضارية، في حين كان الظلام يدنو متسارعاً.

توارت الشمس عن الأنظار، فأتى الأمير الذي كان يتقدم الركب إلى كوخ عتيق متداعٍ، وبعد أن ترجّل دفع الباب غير المقفل ودخل الكوخ فكان كل شيء داخله معتماً باستثناء بصيص من الضوء في أحد أركانه، ففكر يائساً "حتى أن الكوخ مهجور."

لكن بدافع الأمل صاح قائلاً "سلام. هل من أحد هنا؟"

ولفرط دهشته سمع صوتاً هادئاً يجيبه برزانة قائلاً: "نعم، أنا هنا. هل تبحث عن ماء؟"

حدّق الأمير لبرهة في الظلام إلى أن لمح شبح إنسانٍ، وذهل لمعرفة ذلك الرجل أفكاره حتى قبل أن يقابله أو يتعرف عليه.

وسأل الأمير مضيفه: "من أنت؟" فأجابه "ناسك فقير لله."

أشعل الناسك سراجاً ونادى الأمير حاشيته، فشعروا بفرح عظيم لعثورهم على الماء والفاكهة في تلك الغابة النائية.

وسألَ الأميرُ الناسكَ: "ألا تخشى النمور والأفاعي؟"

فأجاب الشيخ الناسك: "بالطبع لا، فالنمور هي قططي الأليفة، والأفاعي مسالمة بالنسبة لي، فنحن أصدقاء نصطلي دوماً بشمس محبة الله التي تسطع على كل شيء في هذا الوجود."

وإذ دقق الأمير النظر بالناسك تملكه الرعب عندما رأى زوجاً من ثعابين الكوبرا متدليين من عنق الناسك. وعندما دنا أكثر للتأكد مما رآه أصدر الثعبانان فحيحاً وصفيراً ونفشا رأسيهما

لأنهما أحسا باهتزازات الخوف الكريهة وحب الإنتقام المختبئ في صدر الأمير.

وأكثر من ذلك، دخل في تلك اللحظة أحد نمور الغابة إلى الكوخ وربض بهدوء عند قدمي الناسك، وبعد أن لاطفه رجل الله وربت على رأسه غادر النمر بهدوء متجهاً إلى قلب الغابة.

وفكر الأمير المغرور في نفسه "لا بد أن هذا الشيخ صالح وطيّب السريرة، إذ حمانا من الحيوانات الكاسرة والعطش المميت، ومكافأة له على صنيعه هذا سأجعله من الأغنياء." ثم خاطب الناسكَ قائلاً:

"يا شيخ، إن وجهك يلتمع بالطيبة والإخلاص، وإنني أقدّر كل ما فعلته معي ومع حاشيتي، لذلك أريد أن أستودعك سراً به تصبح غنياً موسرا. وهذا السر أفصح عنه للمرة الأولى ولك أنت فقط."

وما أن نطق بهذه الكلمات حتى أخرج الأمير حجراً من تحت عباءته، وواصل حديثه قائلاً:

"أريد أن أستأمنك على كنز العائلة هذا. إنه حجر الفلاسفة لعلك تصبح غنياً باستعماله. فهذا الحجر يصنع ذهباً، وقد منحه لوالدي أحد علماء الكيمياء العظام، وله القدرة على تحويل كل شيء يلامسه إلى ذهب خالص. بإمكانك استعمال هذا الحجر لسنة كاملة وتحويل الأحجار إلى ذهب ثم بيعها لتشتري لك قصراً من ذهب، وسأعود إليك بعد عام لأزورك وأسترد حجري الذي أعتبره أثمن من حياتي.

لم يرغب الناسك بقبول تلك المسؤولية، لكن استجابة لإلحاح الأمير المتواصل رضي بالإحتفاظ بحجر الفلاسفة، وقد رأى الأميرُ الناسكَ يضع الحجر دون اكتراث تحت حزام زناره (حيث كان الناس في الماضي يضعون نقودهم خوفاً من النشالين!) ثم مضى الأمير في حال سبيله.

بعد عام عاد الأمير مع حاشيته متوقعاً أن يرى بدل الكوخ المتداعي قصراً منيفاً، لكن خاب ظنه عندما رأى أن الكوخ ما زال قائماً وقد ازدادت حالته سوءاً عن ذي قبل. فترجل عن جواده ودفع الباب منادياً بأعلى صوته: "هل ما زلت على قيد الحياة يا ناسك؟"

فأجابه الناسك بصوت قوي وعميق: "نعم والحمد لله يا أمير. أهلاً بك في بيتي المتواضع."

وعلى الفور وبدون مقدمات صاح الأمير: "ما الذي دهاك وماذا خطْبك يا رجل؟ ما الذي فعلته بحجر الفلاسفة الذي تركته معك؟ لماذا لم تستعمله كي تصبح غنياً؟"

فكر الناسك للحظة ثم أجاب: "ما هذا حجر الفلاسفة الذي تتحدث عنه، وماذا تقصد بقولك كي أصبح غنياً؟ في الحقيقة لا أريد أن أكون أغنى مما أنا عليه."

استولى الهلع على الأمير إذ ظن أن حجره قد أضاعه الناسك العجوز لعدم اكتراثه به، فقال بصوت تشوبه مسحة الإستعطاف: "أقصد حجر الفلاسفة الذي لا يقدر بثمن والذي وضعته تحت زنارك منذ عام؟ [إيدي بزنارك] تخبرني ما فعلت به؟"

فأجاب الناسك: "صحيح.. صحيح.. الآن تذكرت حجرك الثمين، فقد كنت في أحد الأيام مستغرقاً بالتفكير في الله عندما ذهبت للإستحمام في النهر وأعتقد أن الحجر أفلت حينها من ثيابي وابتلعته المياه، والعوض بسلامتك."

فصاح الأمير بأعلى صوته "يا خسارتي التي لا تعوّض، لقد فقدت كل شيء" وكاد يغمى عليه من شدة الذهول. فرش الناسك على وجهه ماءً بارداً وأعاده إلى الوعي، في حين اقترب أزلام الأمير من الشيخ وعيونهم تقدح شرراً محاولين إيقاع الأذى به، لكن الناسك ضحك وقال: "يا حضرة الأمير ذا الشأن الخطير، لم أكن أعلم بأنك ستقيم الدنيا ولا تقعدها من أجل حجر. تعال معي إلى النهر وسأبحث عن حجرك وأحاول العثور عليه."

فأجاب الأمير: "وهل فقدت عقلك؟ تريد أن تبحث الآن عن حجر سقط منك وأخذه التيار الجارف منذ عام؟"

لكن الناسك لم يأبه لقوله، بل صاح به قائلاً: "أيها الأمير الصغير لا حاجة لكل هذا الهرج والمرج، انتظر إلى أن نفتش عن الحجر في النهر، هيا تعالوا معي جميعاً."

وكما لو وقع الأمير وحاشيته تحت تأثير سحري، استجابوا لمغناطيسية الناسك الشفافة وتبعوه صامتين إلى النهر. وهناك طلب الناسك من الأمير أن يخرج منديله من جيبه وأن يمسكه من أطرافه الأربعة ويغمسه في النهر مبتهلاً على هذا النحو:

"يا أمير الأمراء وملك الملوك وصانع كل أحجار الفلاسفة، أعد لي حجري."

وما أن فعل الأمير ذلك ورفع منديله من الماء حتى استولى عليه الذهول لأن يرى بعينيه غير المصدقتين أكثر من عشرين حجر فلاسفة بنفس مواصفات حجره الأصلي الذي فقده. وإذ اختبر كل واحد من تلك الحجارة وجد أن كلاً منها يحوّل حجارة الشاطئ العادية إلى ذهب. عندها ربط الأمير الحجارة في المنديل ورمى بالصرّة في النهر.

فصاح به الناسك ومعه الحاشية: "لماذا فعلت ذلك؟" لكن الأميرنظر إلى رجل الله وانحنى أمامه احتراماً وقال:

"أريد يا سيدي أن أحصل على ما لديك.. ذاك الذي يعتبر الأحجار التي تصنع ذهباً حصوات لا قيمة لها."

وهكذا هجر الأمير مملكته الأرضية لكي يتعلم من الشيخ الحكيم طريقة الحصول على مملكة الروح التي لا يسعها الفضاء ولا يحيق بها الفناء.

مغزى القصة هو أن الثراء الأرضي، مهما بدا عالي القيمة، لكنه إلى زوال ويتعين تركه في هذه الدنيا الدنية عندما يصبح الجسد جثة هامدة باردة.

وبدلاً من استخدام حجر الفلاسفة الذي يرمز هنا إلى المقدرة على جمع الثروات الزائلة فقط، يجب أن نكون كالناسك الذي كرّس وقته وقدرته في الحصول على الثروة الإلهية التي لا تنضب ولا تفنى.

فمن يتعرف على الله سيمتلك ثروات تفوق الأحلام ، وإن اقتضى الأمر سيتخلى عن الممتلكات المادية كما لو كانت حجارة طمعاً بتحصيل الثراء الروحي والتمتع بالغنى الحقيقي.

في تعاملنا مع الآخرين

من المهم جداً التعرف على - وتقدير

السمات المميزة والشمائل النبيلة

التي استقطروها من تجاربهم

و صاغوها من كيانهم.

إن درسنا الناس بعقول متفتحة

سنتمكن من فهمهم والتعامل براحة معهم

كما سنستطيع على الفور

معرفة طبيعة الشخص الذي نتعامل معه.

لا تحدّث فيلسوفاً عن سباق الخيل

ولا تناقش عالِماً في الترتيب المنزلي

أعرف ما الذي يهم الشخص ويستقطب انتباهه

وحدثه عن ذلك الموضوع

وليس بالضرورة عن الأمور التي تهمك أنت.

إن كنا نرغب في فهم الآخرين

فيجب أن نتحاشى انتقادهم وإدانتهم

ويجب بدلاً من ذلك أن ننظر في مرآة تمييزنا

لمعرفة ما ينبغي إصلاحه وتحسينه؟

تلك المرآة النفسية تختلف كثيراً

عن المرآة المألوفة التي ننظر فيها كل صباح.

إنني أنظر كل يوم في تلك المرآة الذاتية

وإن وجدتُ شيئاً لا يروق لي

أعاتب نفسي وأعمل جاهداً على تقويمه.

بهذه الطريقة يرى الإنسان صورته

معكوسة على حقيقتها في مرآة روحه

ويتقدم يوماً بعد يوم

على الطريق المؤدية إلى السعادة وراحة النفس.

أسعدكم الله والسلام عليكم

شبكة الأشواق

ها أنا أرمي بشبكة أشواقي

في بحر فكري الفسيح.

كثيراً ما أفلتت مني أيها الصيد الإلهي الثمين!

ومع ذلك فإنني أتابع الغوص في أعماق السلام

وبلا توقف أرمي بشباك حبي نحوك .. الواحدة تلو الأخرى

ولا بد أن أصطادك يوماً في شبكة حنيني اللامتناهي لك.

شبكة حبي هذه أرميها في كل مكان..

فوق أمواج الحياة المتلاطمة

وحول النجوم المتوامضة

وفي لجج النفوس الطيبة.

كل ما أعرفه هو أنني صياد

وسأتابع محاولتي الإمساك بك

يا أعز منية وأعظم كنز في الوجود!

أطلب من أن يمزق حجب الجهل ويبدد ظلمة الوهم وأن يكون الطموح الأعظم في حياتك والشوق الأقوى على عرش رغباتك وأن يساعدك على تحويل الخمول والتسويف إلى نشاط روحي نابض بالبهجة والتجدد والهمة.. وأن يسقيك من شراب العشق الإلهي حتى الإنتشاء.. ويفتقدك بزيارة قدسية فيها الإيناس ويغسل قلبك بمياه المحبة والشكران .. ويضيء في كيانك مصابيح اليقين.. وأن يذيب أحلامك في حقيقة بحره المبارك.. وأن تجد فيه القناعة والرضا، فتسكن الطمأنينة روحك وتحل عليك بركات السماء.

السكون معناه تسكين الأفكار

وتهدئة الجسد والتحكم بمتطلباته.

فمن يقدر على ذلك سيختبر هدوءاً منعشاً

وسيحس بموجات وانطباعات سامية من عوالم راقية.

ومن يتعمق بالسكون أكثر فأكثر

سيكتشف مملكة الله في داخله.

ما دام الإنسان سائراً على الطريق

فكل لحظة من وقته ثمينة جداً.

إننا هنا على هذه الأرض (دار الممر) لفترة وجيزة.

كل شيء إلى زوال لكن الإحساس بالله مستدام

ولا يقوى شيء على محوه من القلب والروح.

يجب أن لا نسمح لمغريات الدنيا

بأن تصدنا عن مقصدنا الأعظم وغايتنا الأسمى: الله.

التعرف على الله أمر ممكن.

يجب أن نعثر على سيد الأكوان

الذي من نوره تومض النجوم

وبقوته تنبض القلوب.

يجب أن نبحث عنه في معبد السكون.

عندما ننادي الله بشوق ولهفة

وعندما نفكر به بحنين لاهب

سوف نعثر عليه.

لا أتحدث عن إله مجهول

بل عن رب تعرفت عليه

وهو حقيقي بالنسبة لي

بل أنه أكثر حقيقة من كل الأشياء المادية.

إنه البحر الإلهي الذي يسند ويعيل أمواج حياتنا البشرية.

بإمكاننا الإستغناء عن كل شيء

ما عدا الله.

{فَتَعَالَى اللَّهُ الْمَلِكُ الْحَقُّ}

و (طوبى للأنقياء القلب لأنهم يعاينون الله)

طبيعي أن يشعر الإنسان بالحاجة لأن يَحب ويُحب. لكن حنين القلب هذا هو في الأصل لمصدر ذلك الحب الذي هو الله.

الحب البشري يقوم على توقعات وحسابات واعتبارات ذاتية كثيرة لذلك لا ضمانة لديمومته لأنه مقيد بشروط.

أما الحب الإلهي فهو غير مشروط وهو ثابت ودائم. وإن لامس قلبك ستجده معك على الدوام

في كل الظروف والأحوال وستحس به كحماية وطمأنينة حتى في قلب الشدة والشقاء

وفي خضم المعاناة والتجارب العاتية.

قد يهجرك الجميع لكن ذلك الحب القدسي لن يتركك ولن يخذلك ولن يدعك فريسة للهموم والأوهام لأنه قوة واقية ونور هادٍ من السماء وسط منعرجات الحياة ومطباتها.

عندما يُشحن الحب البشري بالحب الإلهي يصبح نقياً صافياً ولكن إن فصلتَ الساقية التي هي الحب البشريعن النبع الذي هو الحب الإلهي فإنها تكف عن الجريان وتفقد ذاتها في رمال العالم.

وما دام الحب البشري متصلاً بالحب الإلهي فإنه يرطب القلب وينعش الوجدان ويروي بساتين الروح بماء الحياة.

الحب: منشط للإرادة

إن كل ما أفعله أفعله بكل الحب الذي في قلبي.

إن حاولت ذلك ستجد أنك لا تشعر بالإعياء على الإطلاق

لأن الحب هو أعظم منشط للإرادة، والإرادة التي تحت تأثير الحب تمتلك قوة غير عادية لعمل أشياء قد تبدو غير مستطاعة للبعض.

قطوف روحية

من تعاليم المعلم برمهنسا يوغانندا

الأنانية التي تطلب السعادة لنفسها دون اعتبار لسعادة الآخرين، أو التي تطأ مصالح الغير المشروعة وتدمرها من أجل تحقيق غاياتها الذاتية تضاعف التعاسة وتسبب البؤس والشقاء.

يا رب، إنك الكرم المتواصل والينبوع الفيّاض بالنعم والخيرات. فلنعرف نحن أيضا لذة المنح، ولنعطِ بأريحية لسد حاجيات الآخرين كما لو كانت احتياجاتنا الخاصة.

عندما لا يدين الشخص الآخرين بل يحاول مساعدتهم بفهم ومحبة فإن قوانين الله - بصفتها قوىً واعية - ستعامل ذلك الشخص العطوف بنفس الكيفية.

من يمنح مساعدة عقلية ومادية للآخرين بقلب طافح باللطف والكرَم سيجد أن ما يعطيه يعود إليه، وهذا هو قانون العمل الذي يسري على القلوب.

ما يحس به الشخص نحو الآخرين يُحدث ذبذبات دائمة في الأثير، تجذب إليه مقداراً موازياً من التعاطف واللطف. من يصفح عمن أساء إليه سيجذب التسامح والمغفرة لنفسه.

***

إن مصاحبة الطيبين والأذكياء من ذوي العقول القوية، وقراءة الكتب الجيدة، وسبر أغوار الذات، والأعمال الفنية الإبداعية، والعلوم، والآداب، والأنشطة المثمرة والنافعة.. كلها تساهم في تطوير العقل وتقويته وجعله أكثر تقبلاً للمعرفة السامية. كما أن التأمل اليومي يشحن بطارية الروح بالحكمة المنسكبة من لدن الله.

***

لا يمكن عقد مقارنة بين أغنياء الأرض وأغنياء الروح، لأن أغنياء الروح هم أغنى الأغنياء في عين الله.

***

أنعشنا بنسائم وجودك العاطرة
واملأنا شوقاً لحضورك المجيد
وليختمر كياننا بحكمتك الربانية.
دعنا نشعر أن نورك القدسي
يتخلل كل جوانب حياتنا
ويشحن عزائمنا

ويبدد ظلامنا
ويغمرنا بالسلام
والتفاؤل
ويمنحنا الهمة للقيام بالأعمال الخيّرة.
***
إن علة وأصل المشاكل العالمية هي الأنانية وليدة الجهل.

كل واحد يفكر أنه يفعل الصواب، ولكنه عندما يسعى لتحقيق مآربه الشخصية فقط فإنه يحرّك ويدفع عجلة القانون الكارمي للسبب والنتيجة الذي سيقضي حتما على سعادته وسعادة الآخرين.

كلما شاهدتُ المزيد من مآسي العالم الناجمة عن جهل الإنسان، كلما أدركتُ أن السعادة لن تكون دائمة حتى ولو صُبّت الشوارع ذهبا.

السعادة تكمن في إسعاد الآخرين. فلو فعل كل واحد ذلك لأصبح الجميع سعداء ولحصل كل واحد على نصيبه من خيرات الأرض.
***
يجب أن يتمكن الإنسان من التحكم بحياته بإبادة بذور وجذور الفشل عن طريق تدريب إرادته في المسار الصحيح كي تتمكن من زحزحة وزعزعة الأوهام البشرية.

هذه الإرادة هي في جوهرها عصية على الكسر لأنها انعكاس للإرادة الإلهية، وهي موجودة أصلاً في داخل الإنسان وما عليه إلا أن يكشف عنها في أعماقه.
***
عندما يكون مريدوك في الصلاة
أستجمع إشعاعات النشوة المقدسة من عيونهم
وأمزجها بحماسي الروحي
لأقدمها شراباً منعشاً لأفكاري الظامئة
فتشرب حتى الإرتواء، وتزول آلامها والمخاوف.
ولطالبي العزاء والمواساة
أقدم هذا الكوكتيل السحري
في أقداح شفافة من إخلاص القلب ونوايا الخير.

ليت كل من يجرع هذا الاكسير المبارك
ينتشي نشوة دائمة وينسى متاعبه وآلامه!
***
أعطنا ماء الفهم
ملايين البشر أضناهم وأنهكهم الظمأ الروحي
فراحوا يتدافعون عبر حشود الجهل الضارب.
كثيرون ترضّهم الرجات العنيفة
فيسقطون على الدرب
ويسحقهم الجهل بأظلافه.
نريد يا رب ماء السلام
وشراب الحكمة
وإكسير الفهم
لإطفاء عطشنا الحارق
إذ بدون الإرتواء بماء الفهم
نتشاجر، نتخاصم، ونتعارك
ويقتل بعضنا بعضاً
بدلاً من محاولة العثور
في وادي المرتفعات الشامخة
على بحيرة الفهم
التي يطفئ ماؤها عطش الروح
ويروي حقول الوجدان.
***
كلما بعثتُ بأمواج تعاطفي وأماني الطيبة للآخرين، كلما فتحت معبراً لمحبة الله
كي تأتي إليَّ.
الحب الإلهي هو المغناطيس الذي يجذب الخير الأعظم.
ادخل يا رب محراب روحي من نافذة الشوق في قلبي، ومن خلال ابتهالاتي الحارة.
سأحرق كل نقاط الضعف الفكري والخُلقي في نار التصميم لإنني ما لم أتخلص من نقاط الضعف تلك فلن أتمكن من رؤية الشعلة الإلهية . المباركة
***

يا رب
سأصمم اليوم على إنجاز أشياء محددة ثم أقوم بعمل ما خططت له.
سأتأكد أولاً من صوابية قصدي وعندئذ سأحس بقوتك وأحقق بعونك وبركتك ما أنوي القيام به.
***
المرض هو على ثلاثة أنواع: جسماني ونفساني وروحاني.
المرض الجسماني ينجم عن أشكال متعددة من حالات التسمم والأمراض المُعدية والحوادث.
المرض النفساني سببه الخوف والقلق والغضب ومشوشات عاطفية أخرى.
أما المرض الروحاني فيعود إلى جهل الإنسان لعلاقته بالله.
الجهل هو المرض الأكبر. وعندما يتخلص الإنسان من الجهل يتخلص أيضاً من مسببات كل الأمراض الجسدية والنفسية والروحية.
غالباً ما كان معلمي سري يوكتسوار يقول: الحكمة هي الدواء لكل داء.
***
مع انتشار أشعة الشمس الحيوية سأبث أشعة الأمل في قلوب الفقراء والبائسين وأشعل مصابيح العزيمة والثقة بالنفس في قلوب من يظنون أنهم فاشلون.
عندما ندرك بأن الحياة مدرسة لتعلّم وأداء الواجبات وفي نفس الوقت هي حلم عابر سنعرف عندئذ أن الله معنا.
يجب أن تقوم الحياة على الخدمة، إذ بدون ذلك الهدف النبيل لن يحقق العقل الذي وهبه الله للإنسان الغاية التي من أجلها وُجد.
***
ذات ليلة ذهبت لأستحم في المحيط في ضوء القمر. كانت المياه باردة للغاية، لكنني ذكّرت نفسي أن كل شيء مصنوع من الكهرباء، وأن نفس الكهرباء التي تصنع البرودة تصنع الحرارة أيضاً، وأن الماء بحد ذاته ليس سوى مظهر من طاقات كهربائية.

وفي خضم هذا التفكير غمرني نور الله ففارقني الإحساس بالبرد لأنني رفضت قبوله، وبدلاً من ذلك أكدت الحقيقة بأن كل شيء مصنوع من الكهرباء الإلهية.

ومنذ سنين كان الطقس حاراً للغاية، والكل كانوا يلهثون. وعن طريق الترابط العقلي انتقلت إليّ مضايقاتهم بحيث لم أتمكن من تركيز الفكر وكتابة بعض المقالات. ثم عنفت نفسي قائلاً "لمَ كل هذا؟" وصليت لله:

"يا رب إن نفس الكهرباء تصنع الحرارة في الفرن والجليد في الثلاجة. فالطقس معتدل!" وعلى الفور أصبح الجو لطيفاً بالنسبة لي كما لو أن طبقة من الثلج أحاطت بجسمي، وأخذت أشعر بإلهام عظيم وكتبت دون أية صعوبة.

وذات مرة كنت أقوم برحلة عبر الولايات في سيارة تجوال مكشوفة بصحبة مجموعة من الشبان من طلاب معرفة الذات [تفيد المراجع أن من بين هؤلاء شاباً كان اسمه رشيد]. وأحدهم كان سكرتيري. هو وأنا نمنا في السيارة وتقاسمنا بطانية صغيرة.

الليل كان قارساً لدرجة التجمد. فعندما غطيّت في نوم عميق سَحبَ عني الغطاء، وعندما استيقظت جزئياً سحبت البطانية عنه بصورة لا شعورية! هذا استمر لبعض الوقت. من ثم قال عقلي: "لماذا تتصرف بهذه الكيفية؟ كل شيء تمام. إنك دافئ!"

عندئذ ألقيت البطانية عني ثم جلست ورحت أتأمل فأصبح جسمي كالرغيف الساخن. أما التلاميذ فلدى استيقاظهم بعد ساعتين وهم يرتجفون من البرد وجدوني عديم الحركة. لقد كنت مستغرقاً في النشوة المقدسة، فظنوا أني قد فارقت الحياة وأيقظوني من الإنخطاف الروحي بصراخهم، لكنني ابتسمت وقلت: "لمَ كل هذا الضجيج يا شباب؟ هيا بنا نواصل رحلتنا."

فاحتجوا قائلين: "لقد كنت جالساً في الزمهرير والبرد المرير دون معطف أو حِرام!" ومع ذلك لم أصب بالزكام. وأنا الوحيد الذي كنت دافئاً!

ملاحظة: لا ننصح بتعريض الجسم لظروف مناخية قاسية. لقد ذكر الحكيم برمهنسا هذه التجارب للتدليل على إمكانيات

الإنسان وقدراته الكامنة، وكان مع ذلك ينصح بالتروي والإعتدال في التعامل مع الظروف.

***

إنني أدرك بأن أفكاري ستجلب لي إما الفشل أو النجاح اعتماداً على أيهما الفكرة الأقوى في حياتي. لذلك سأحاول أن أتذكر بأنك يا رب تمد لي يد العون وتهيئ لي أسباب النجاح.

سأنتهج الإخلاص والصدق في معاملتي وتعاملي مع الجميع، وسأطلق أفكار المحبة والأماني الطيبة، عندئذ سيؤيدني الله بقوته وحكمته.

***

عندما يتناغم الفكر مع الله منبع كل الخيرات ومصدر كل القوى المباركة يصبح على دراية بالحضور الإلهي ويمتلك كل مقومات النجاح.

تلك المقومات هي وثيقة الصلة بقوة الله الجبارة القادرة على خلق أسباب وفرص جديدة للنجاح في أي مضمار.

***

يجب أن نلتمس مجتمع المتطورين من الناس الذين يقولون لنا الحقيقة ويساعدوننا على تحسين أنفسنا.

خير الأصحاب هو من يقترح علينا بتواضع الطرقَ التي يمكننا استخدامها والأمور التي ينبغي القيام بها من أجل تغيير حياتنا نحو الأفضل.

الانتقاد الشديد اللهجة، الموجّه بلؤم ومشاعر متحجرة يشبه ضرب الشخص على رأسه بالمطرقة، في حين المحبة هي أقوى تأثيراً وأعم فائدة.

الإقتراحات اللطيفة المقدَّمة بمحبة وفهم لها القدرة على خلق العجائب، بينما الانتقاد الجارح للآخرين لا يحقق شيئاً ذا بال.

***

حتى أشد الأحزان يشفيها الزمن فلا فائدة من استحضار الحزن في كل يوم من أيام حياتنا.

إن الحزن المستدام على عزيز مفارق لا يساعده ولا يساعدنا ولا يغير من الواقع شيئاً.

كما أن تنمية عقدة النقص أو معاقبة الذات على أخطاء أو إخفاقات ماضية لا يجدي نفعاً بل يجعل الحياة تعيسة بائسة ويشل القدرات العقلية.

يجب ألا نسمح لأنفسنا بالسقوط في حفر الروتين الممل لأن تلك حالة نفسية أبعد ما تكون عن الراحة كونها تقلق الفكر وتحرق القدرات الكامنة في أتون اللامبالاة.

***

إرادة الإنسان هي مولّد ضخم للطاقة. فباستخدام قوة الإرادة والرغبة في التوصل إلى مصادر الطاقة الحقيقية يمكن للشخص أن يتصل وبسرعة مع الموزع اللانهائي للقوى الباطنية.

***

كل كلمة صالحة أو شريرة تترك اهتزازاتها (أي آثارها) في الجسد أو الدماغ وفي طاقة الحياة والفكر على هيئة ميول ورغبات. وعلى هذا الأساس فإن اهتزازات كل الكلام تترك ميولاً صالحة أو رديئة في الفكر.

إن الذي تخلص من دوافع تشويه الحقيقة يؤسس في داخله قوة هائلة بحيث لا يشهد زوراً ويكون كل كلامه صائباً.

***

با ركني يا رب حتى أستخدم صوتي لخدمة الحقيقة من خلال نطق الكلام العذب والنافع والمنعش.. واعزف ألحانك الخالدة على ناي حياتي حتى أتبارك باهتزازت أنغامك القدسية.

***

إننا جزء لا يتجزأ من المحيط الكوني الذي لا ساحل له. وعندما نصل إليه ونعوم به، يتمدد وعينا فنشعر باتساعنا.

التفكير به يقربنا منه، والتأمل عليه يوصلنا إليه، والجهد الموصول للتناغم معه يمدنا بالمعرفة والعزيمة والنشاط.

***

إن ما تبدو صعوبة هي في الحقيقة دعوة لإطلاق القوى المختزنة في كياننا ومع كل إطلاق لطاقات الخير الكامنة بنا نزداد قوة وحكمة.

إن الله يمد يد العون بطرق خفية. فطمأنينة النفس التي تحل على المريد أثناء التأمل هي دليل على حضوره، والفرح الروحي الذي يشعر به المتأمل هو استجابته لأشواقه وحبه.

يحتاج الإنسان لامتلاك الوقت الكافي للتمتع بجمال الطبيعة ولتحليل حياته والتدقيق في الأشياء التي يعتبرها لازمة أو يظن بأنها ضرورية لا يمكنه الإستغناء عنها، وذلك كي يتمكن من الاستمتاع بما لديه ويصرف الوقت اللازم مع أفراد أسرته وأصدقائه كي يعرفهم معرفة أفضل، والأهم من كل شيء كي يعرف نفسه.

***

العارفون بالله يدركون أن النفس الباطنية تحوي النعيم الأبدي في داخلها. ومن يتذوق ذلك النعيم ويقنع به يمتلك حكمة دائمة.

***

لماذا يبدو المرض مخيفاً؟ لأنه يجلب الألم والموت.

يجب إقصاء المرض من الجسد ومن العقل والنفس المغلفة بالجهل.

الألم لا يقتصر على الجسد وحسب، إذ هناك آلام عقلية ونفسية وروحية أيضاً. إننا نتألم من السوداوية ومن طباع أخرى وحالات نفسية غير سوية، ومن مخاوف معظمها وهمية. أما روحياً فإننا نتألم من الجهل بطبيعة نفوسنا الخالدة

القوة الإلهية تعمل بدقة متناهية، ولذلك يجب الانسجام والتوافق معها.

يجب أن نسمح لاهتزاز الله الكوني بالانسياب إلينا ومن خلالنا.

وأن نجلب حضوره الحي إلى حياتنا ونشحن أجسامنا بطاقته المباركة والشافية.

***

باستبدال المزايا السلبية بمزايا إيجابية يتلاشى التشويش ويحل السلام على النفس.

عندما يعقد المريد العزم على المضي قدماً على الطريق فلن يصده شيء ولن يعيقه عائق.

***

يتكون الجسم من ترليونات الخلايا، وكل خلية تشبه كائناً ذكياً، ويتعين إيقاظ وتدريب الذكاء الكامن في كل خلية لمعرفة كل ما يمكن معرفته، لكن الإنسان لم يقم بتدريب تلك الخلايا، ولهذا فهو يعيش حالة من الاكتئاب والتصورات الذهنية العابرة ويعاني من نقص في المعرفة.

ملاحظة: العبارة أعلاه وردت ضمن محاضرة للمعلم برمهنسا في عام 1927، وبعد ذلك بعشرات السنين تمكن علماء البيولوجيا من تحديد الحمض النووي (دي أن أيه) الموجود في نواة كل خلية. وقد أثبتت التجارب أن الحمض النووي في كل خلية يشتمل على معلومات وذكاء في منتهى الدقة.

***

الإخلاص والصدق هما من أعظم المزايا التي أثمنها عالياً في الإنسان.

فالصداقة تنمو بالصدق وتزدهر وتترعرع في تربة الإخلاص.

ومهما كنا قريبين من شخص ما، يجب أن نحلّي تلك العلاقة بالاحترام والتصرف اللائق، عندئذ تصبح الصداقة رائعة ودائمة.

أما التباسط الذي يفضي إلى التهور وعدم مراعاة مشاعر الآخر فهو مدمر للصداقة.

***

الإنسان بحاجة للأصدقاء الصادقين الذين ارتقوا درجات على سلم الحياة كي يساعدوه على التحسن المستمر.. وعليه أيضاً أن يساعد الآخرين على النهوض ويتقاسم معهم نعم الله التي يتمتع بها.

الصداقة الصادقة هي الجذب الروحي الكوني الذي يقرب النفوس من بعضها ويربطها برباط الحب الإلهي.

قد يظهر ذلك الحب أو تقوم تلك الصداقة بين شخصين أو أكثر.

وعندما تسكن الصداقة الروحية القلب تعوم النفس في بحر الروح الكوني الشامل، مخلّفة وراءها القيود والحدود التي فصلتها عن خلائق الله.

***

أشعر بوحدتي مع كل البشرية مثلما يشعر الإنسان بالقرب من أسرته. ذلك الشعور يتعذر وصفه بالكلام، وعندما يأتي يجلب معه فهماً رائعاً لمعنى الحياة وجمالها.

***

من الحكمة أن نبذل قصارى جهدنا لعمل إرادة الله في كل ما نفعله، لأن هذا هو الطريق للسلام النفسي والسعادة.هذا الكون الفسيح الأرجاء، المترامي الأبعاد، بما فيه من قوىً طبيعية متباينة، تحكمه إرادة الله المرشدة الهادية. كل شيء يعمل بتوافق مع الخطة الإلهية، ونحن جزء لا يتجزأ من تلك الخطة الكونية.

علينا القيام بواجبنا، وعلينا أن نلعب الدور الذي يخصصه لنا الله وليس كما يحلو لنا.

***

من الأرشف: هل التقينا من قبل؟

في غابر الأزمان.. في قلب الأثير .. عندما أتينا إلى الوجود كأرواح، كنا جميعنا نغفو

تحت لحاف الحب الإلهي. وعندما أيقظنا الله انطلقنا بعيداً عنه كما في قصة الإبن الشاطر فنسينا صلة الرحم الإلهية فيما بيننا وأصبحنا غرباء عن بعضنا.

وإذ هجرنا بيتنا السماوي أصبحنا في هذ العالم رحّالة نجوب أصقاع الأرض ونسير على دروب القـَدَر.

لقد أوغلنا في السير وابتعدنا كثيراً عن بيتنا الأصلي. مع ذلك.. وبين الحين والآخر توقظ بنا بعض الأماكن والتجارب والوجوه ذكريات دفينة وأحاسيس باطنية عميقة تهمس لنا

فنحسّ بأننا نختبر من جديد أموراُ عرفناها من قبل ونلتقي ونتواصل مع أحبة كنا منهم قريبين في الماضي السحيق.

***

باركنا يا رب بنعمة الحب الإلهي
دع قلوبنا تذوب حنيناً إليك
وتضطرم فيها نيران الشوق
علّ نفوسنا حبيسة الأقفاص الجسدية
تتحرر من قيودها

وتنطلق، يحدوها الوجد الرباني
إلى شطآن أبديتك..
يا حبيبنا الأزلي.
***
نسألك يا رب...
أن تشرق محبتك على نفوسنا
وأن يسطع بهاء مجدك علينا
وأن ترشدنا حكمتـُك في كافة مراحل حياتنا
وأن تتقبل محبة قلوبنا وأشواقنا
وأن تباركنا بملامسة حضورك
والتنعم بالقرب منك.
***

عندمـــا نبدأ بفهم الإنسان بكامل كيانه وكينونته، ندرك أنه ليس كائناً مادياً. ففي داخله تكمن قوىً عديدة يستخدم إمكاناتها بدرجات متفاوتة لكي يتأقلم مع ظروف هذا العالم. وإمكانيات تلك القوى أعظم بما لا يقاس مما يعتقد الشخص العادي.
***

إن جاذبيـــة الحب الإلهي تعمل من خلال الاستمالة النقية والإقناع اللطيف، وعندما يحس القلب بنداء الحب الإلهي تتملكه رغبة في توسيع دائرة حبه الأسير لتشمل الوجود وما فيه، وبذلك يتحرر الحب الحبيس ويصبح طليقاً خارج قضبان الأنانية والجمود.

وهكذا يعثر الحب على نفسه من جديد في قلب الله وينصهر الكل في تلك الوحدانية المباركة.
***

إننا ننمو من خلال كل تجربة نمر بها ما دمنا ندرك أن بمقدورنا استخلاص دروس نافعة منها. فلكل ما نختبره من ألم ومعاناة معنىً وغاية.

وبالرغم من قسوة التجارب، لكنها كالنار التي تصهر خام الحديد لتحوله إلى فولاذ جميل المنظر، قوي التحمّل ومتعدد الإستخدامات.
***

التواضع هو الباب المفتوح الذي منه يدخل فيض الرحمة والمحبة والطمأنينة إلى النفوس الطيبة المُحبة للخير والمتقبلة لأنوار وبركات السماء.

***

سواء كان الشخص رجلَ أعمال ناجحاً، أو سياسياً حاذقاً، أو دكتاتوراً مستبداً، أو مصلحاً كبيراً، فإن قوته هي لا شيء مقارنة بقوة الله اللامتناهية.

***

التكبر يسبب العمى الروحي لأنه يطرد من النفس رؤيا الإتساع الرحب الذي يسكن النفوس الكبيرة.

العظماء يدركون أن قواهم مقترضة من الله القوي الذي يحب المتواضعين ويزيدهم علماً وهداية وقوة.

***

الصداقة الحقيقية هي النور الذي يلهمنا مساعدة بعضنا بعضا كي نبصر بوابة السماء ونعبر منها الى رحاب الحب الالهي.

***

الطباع الرديئة هي كالسرطان، تنهش سلام النفس. وهذا يفسر عدم قدرة صاحب الطباع الشرسة على التخلص من مصاعبه ومشاكله.

عندما يقيد الإنسان نفسه بالطباع المؤذية يصبح عاجزاً عن الاستمرار في مصارعة الحياة، وحالما يسمح للمزاج السلبي بالسيطرة على عقله تصبح إرادته مشلولة.

تلك الطباع تغلف الدماغ بضباب من الحيرة والارتباك وتقضي على الحكم الصائب.

بإمكان الشخص أن ينتصر بعقله وإرادته مهما كانت ظروف الحياة مريرة وعاتية.

***

إن نفس الإنسان مقيدة بالجسد بسلسلة من الرغبات والإغراءات والمتاعب والهموم والمخاوف، وتحاول تحرير ذاتها.

إن تابعت شد تلك السلسلة التي تقيّدك بالوعي الجسدي شدّاً قوياً، ستتدخل يوماً ما اليد الإلهية وتقطع السلسلة فتصبح حراً طليقاً.

***

ما قيمة الحياة بدون الأصدقاء الطيبين المخلصين؟ في القلب مغناطيس يجذب الأصدقاء الصادقين. إنه مغناطيس المحبة والإيثار والإهتمام الودي.

عندما نصافح شخصاً ما، يجب أن ننقل إليه مغناطيسية محبتنا وإخلاصنا وأن نحاول مساعدته على قدر استطاعتنا.

***

لا حاجة لأن يبقى الناس كأحلاس الجمود دون حركة أو تجديد. يجب نزع أغلفة الوهم عن جوهر الروح حتى يشع بنقائه وقوته ويظهر روعة النفس الشريفة التي وهبها الله للإنسان.

إن الله ليبارك الجهود الطيبة والطموحات المشروعة والتصميم على تحقيق النجاح.

***

يا رب

مهما تكن التجارب والمحن التي تواجهني

أعرفُ أنها تمثل المرحلة التالية من تفتحي الروحي..

وأدرك جيداً أنني أمتلك المعرفة والقوة

اللتين تمنحانني بفضلك

الفهم الأكيد والنصر المؤكد.

***

السموات هي حالة من الفرح الفائق حيث لا وجود للمنغصات والأحزان.

ومن خلال مواصلة الجهود الخيرة والأعمال الطيبة تبلغ النفوس أخيراً حالة من الغبطة الدائمة والمتجددة.

الأعمال الطيبة تعني التأمل والنشاطات البنّاءة والمفيدة.

***

عندما تتمكن من تحويل الجهل إلى حكمة..

والضعف والوهن إلى صحة وحيوية..

والسير بثقة وجرأة – ولو بمفردك - على دروب الحياة..

والإبتهاج الباطني لامتلاكك ضميراً حياً ويقظاً..

والإيمان القاطع بعدل الله وبانتصار الحق على الباطل والحقيقة على الوهم..

وعندما تحاول كل يوم إطلاق أفكارك نحو مستويات أرق وأرقى..
وتمتلك قلباً محباً وشكوراً..
ونوايا طيبة نحو الآخر..
يكون غذاؤك الفكري مغناطيسياً..
وستجذب إليك عندئذٍ كل ما هو جميل ونافع..
من أشياء وأشخاص وظروف تمس لها الحاجة
في مواصلة المسيرة نحو شواطئ الأمن وبر الأمان.

***

إن التزام الصمت الإيجابي والهدوء ولو لنصف ساعة قبل الهجوع ليلاً والنهوض في الصباح من شأنه تعزيز الشعور بالراحة النفسية مما يساعد على مواجهة كل الظروف الشاقة لمعركة الحياة اليومية.. ومع ذلك الإحساس الداخلي يصبح بالإمكان تحقيق المتطلبات والإحتياجات اليومية.

***

التوصل إلى حالة الوعي السامي يسرّع من التقدم الروحي ويساعد على الغوص بمهارة أكبر في بحر الروح.

***

يحصل الإنسان على السعادة بحسب نوعية بذور الأفكار والأفعال التي نثرها وينثرها في تربة حياته.

***

العقل البشري هو مستودع هائل من الطاقة أو النشاط الحيوي.

هذا النشاط يتم استخدامه على الدوام في الحركات العضلية وعمل القلب والرئتين والحجاب الحاجز والاستقلاب الخلوي وتفاعل الدم الكيماوي، وفي عمل أجهزة الحس الآلية (الأعصاب).

بالإضافة إلى ذلك فإن كمية كبيرة من النشاط الحيوي يتم صرفها في التفكير والعاطفة والإرادة.

الخوف يوهن النشاط الحيوي وهو من ألد أعداء الإرادة الفاعلة.

***

المراءاة لا تفضي إلى نتيجة طيبة.. وأذكى الأذكياء لا يستطيع إخفاء ما تظهره عيناه فتاريخ المرء بكامله مدوّن في عينيه.

إن رغبت في معرفة طبيعة أحدهم فاسأل الله كي يطلعك على حقيقة ذلك الشخص لأنك لا تريد أن تنخدع، وستشعر في أعماق قلبك بطبيعته الحقة ولن يخطئ حدسك.

***

الأمنية والنية والإرادة:

الـ "أمنية" هي رغبة تعوزها الطاقة.. و "النية" هي اعتزام القيام بشيء ما: تحقيق أمنية أو رغبة معينة. أما "الإرادة" فيمكن التعبير عنها بالقول: "إنني أعمل دون توقـّف حتى أحقق ما أريد."

عند تدريب الإرادة، يمكنك إطلاق قوىً من النشاط الحيوي وتوجيهها، وليس عند تمني الحصول على شيء ما دون القيام بما يلزم لتحصيل ذلك الشيء.

***

يجب أن لا نفقد الأمل بل ندرك أن الله يتيح لنا الفرصة تلو الأخرى لتحسين أحوالنا وترقية أفكارنا وابتكار أشياء جديدة ونافعة لنا ولغيرنا في الحياة.

إن كان أسلوب حياتنا لا يعجبنا فيجب أن نستكشف طرقاً وأساليبَ جديدة تمنحنا قدراً من الرضاء والراحة النفسية. وينبغي لنا أن نفكر بعمل ما من شأنه تحسين أحوالنا وجعل حياتنا ذات جدوى ومعنى وأن نطبق ذلك على أرض الواقع.

***

يا رب، دعنا لا نعتبر أي واجب أكثر أهمية من الواجب المقدس للتعرف عليك. فالعمل مهما كان نوعه يمكن تحقيقه فقط بفضل قوة الإنجاز الممنوحة منك إلينا. فلنحبك إذاً فوق كل شيء، لأنه بدون نعمة حياتك ومحبتك لا يمكننا أن نحيا أو نحب على الإطلاق. لقد انبثقنا عن الله وجوهره يكمن بنا بكامل نقائه ومجده ونعيمه الفائق.

***

وعي الغبطة:

لا خلاف على الوجود المطلق لوعي الغبطة، لأننا عندما نمتلك ذلك الوعي نشعر بأن فرديتنا أو شخصيتنا الصغيرة قد تحولت وتبدّلت وأننا قد ترفـّعنا عن ازدواجية الحب والكراهية واللذة والألم وبلغنا مستوى منه تبدو حالات الوعي العادي المحدود واضحة جلية.

كما أننا نشعر بتمدد واتساع باطني وتعاطف شامل مع كل شيء.

في هذه الحالة تتلاشى ضوضاء العالم وتختفي الإثارة ويبزغ في داخلنا الإحساس بوحدة الوجود وتظهر رؤية جلية للنور الكوني.

كل الشوائب والانحرافات تذوب في اللاشيء، فنحسّ وكأننا انتقلنا إلى عالم آخر: إلى مصدر الغبطة الدائمة والديمومة السعيدة التي لا انتهاء لها.

***

الخوف يعتصر ويعيق نشاط الحياة الذي ينساب عادة بانتظام نحو الأعصاب فتبدو وكأنها قد أصبحت مشلولة، فيهمد الجسم وتتناقص حيويته بشكل محسوس وملحوظ (الخوف قطاع العصب!).

الخوف لا يساعد على التخلص من سبب الخوف. إنه يوهن الإرادة ويستحث الدماغ كي يبعث بإشارة تعويقية إلى أعضاء الجسد. كما أن الخوف يسمم القلب ويعيق عملية الهضم ويسبب العديد من الاضطرابات البدنية.

عندما يظل الوعي مركـّزاً على الله فلن تخشى شيئاً وستتمكن من قهر كل عائق وعقبة بالشجاعة والإيمان.

***

إن قوة تحقيق النجاح تكمن في العقل. ستدرك هذه الحقيقة إن تمسكت بقناعتك إزاء شكوك العالم وتثبيط المثبِّطين. لا توجد حدود لقوة العقل. ركّز على هذه الفكرة واملأ ذهنك بهمة الإنجاز والتصميم على العمل الإيجابي نحو تحقيق أهدافك.

واظب على دفع الفكر باتجاه إنجازات أعلى. أحرز الثراء الروحي وسيكون كل ثراء وبحبوحة رهن إشارتك وطوع يديك.

***

الوعي لا حد له ولا انتهاء، فهو مترامٍ حتى أبعد النجوم ويتخلل كل ذرة من ذرات الكون حتى أدقّ الإلكترونات. يجب أن يشعر الإنسان أنه واحد مع بحر الوعي الكوني وأن يتخطى شجرة العائلة والقومية ويدرك بأنه فرد من أفراد العائلة الإنسانية الكبرى.

***

ما من أحد يمكنه التأثير على الشخص إلا من خلال استخدامه أو سوء استخدامه لإرادته. يجب أن يستخدم المرء حرية الإختيار التي وهبها له الله كي يسعى للبحث عنه وعندئذ سيعثر عليه بكل تأكيد.

وليتذكر المريد أنه من الأهمية بمكان مخالطة الناس الطيبين ذوي التأثير الحسن الذين يساعدون على إلهامه وتقوية إرادته وتعزيز ملكة التمييز لديه.

***

قال المعلم برمهنسا لمجموعة من المريدين:

لقد منحتكم محبتي دون قيد أو شرط ودون تحفظ وإنني متأكد من حصولي على محبتكم.

***

بعض الذين عرفتهم في حياتي امتلكوا كل الأشياء التي فكرت ذات يوم بأنني أرغب بالحصول عليها، ومع ذلك لم يعثروا على السعادة بتحقيق تلك الرغبات.

لقد طلبتُ الله أولاً ووجدت أن فرحه المتجدد دائماً وأبداً يحقق كل رغبة ويملأ النفس بالبهجة والرضا، وأنه أكثر جاذبية من أي تشويق وإغراء في الوجود.

***

يجب ألا يتلاعب الشخص بقلب شخص آخر أو يعبث بمشاعره، لأن القلب هو مركز الشعور، ولأن المضاعفات العاطفية تسبب للقلب القلق والاضطراب.

***

يجب أن ينظر الإنسان في داخله للتعرف على الخصائص المميزة في شخصه.

هناك من يحبون الكتابة، آخرون يستهويهم التأليف الموسيقي أو الرقص والغناء، والبعض يميلون إلى العمل في مجال المال والاقتصاد، وما إلى ذلك.

ولسوء الحظ هناك من يحب نشر الإشاعات والانهماك في القيل والقال أو المشاكسة والشجار.

يجب ألا يحاول الشخص تغيير مزاياه الطيبة، ولكن يتوجب عليه التخلص من تلك الأشياء التي يفعلها ضد إرادته وتجلب له التعاسة والأسف نتيجة لذلك.

***

التعلق السيكولوجي الشاذ:

ضحايا هذا المرض يصبحون وحيدي الجانب في نشدانهم للسعادة. وإذ يظنون أن السعادة تكمن في تكديس المال أو تحقيق الشهرة أو امتلاك الصحة أو القوة فإنهم يضحّون كل شيء من صحة وسمعة طيبة وسلام فكري وشرف وكرامة على مذبح طموحهم المتأجج. وبعد فوات الأوان يدركون أن الحياة المتزنة المتمثلة في مراعاة قوانين الطبيعة ونواميس الله، والتوفيق ما بين النشاط والهدوء.. هي وحدها قادرة على جلب السعادة وتحقيق غاية الحياة الشريفة.

المصابون بمرض التعلق السيكولوجي الشاذ تستحوذ على أذهانهم أفكار التوق الجامح فتصبح نظرتهم للحياة منحرفة ومشوهة. مثال على ذلك حقق أحد رجال الأعمال نجاحاً كبيراً وجمع أموالاً طائلة لكنه قبل أن يتمكن من التنعم بماله انهارت أعصابه بسبب الهموم والمخاوف الكبيرة ومات مكسور الخاطر [جبر الله خواطركم].

آخرون يعتبرون أن كل شيء مباح من أجل تحقيق الغاية. وبسبب هذا التخبط يخطئون هدفهم الفعلي فيعجزون عن تحصيل أدنى قدر من الرضاء حتى ولو امتلكوا تلك الأشياء التي طال تشوقهم إليها، لأن طبيعة الإنسان واسعة متشعبة وتتطلب تنمية متوازنة وعلى كل صعيد.

الزكام العقلي

هذا المرض له إسم آخر هو القنوط. لا يدري الشخص متى سيصيبه ويعاني من أعراضه المزعجة مثل اليأس وعدم التسامح

وضيق الصدر ونفاد الصبر. والأسوأ من هذا وذاك فإنه يطول أمده وغالباً ما يصاب به ضحاياه ثانية وبسهولة حتى ولو ظنوا أنهم قد تماثلوا للشفاء.

النزلة النفسية

هذا المرض يحدث بفعل إيواء الهموم الدنيوية المزمنة. المعانون منه عادة ما يغفلون استخدام إرادتهم وهكذا يخضعون بسلبية لمخاوفهم الدائمة بدلا من مواجهتها بجرأة والقضاء عليها في مهدها.

***

إن أعظم ما يمكن أن يتمناه الأزواج والزوجات لبعضهم هو الفهم الروحي الذي يساعد على التفتح الوجداني والذي من شأنه إظهار المزايا الراقية مثل التفهم ومراعاة المشاعر والحب.

إنما يجب الأخذ في الإعتبار أن النمو الروحي لا يمكن فرضه على الآخر فرضاً.

عندما يشعر الشخص بالمحبة تجاه الآخرين فإن طيبته ستلهم أحباءه من حوله وتؤثر فيهم تأثيراً إيجابياً.

***

إن الله يزور القلوب التي طهرتها دموع الأشواق وأنارتها شموع المحبة.

***

قال المعلم برمهنسا لمجموعة من التلاميذ:

لا تتوقعوا زهرة روحية كل يوم من حديقة حياتكم.

ثقوا أن الله الذي سلمتم له أمركم سيَمْتن عليكم بالثواب وتحقيق الآمال في الوقت المناسب. أما وقد زرعتم بذرة الحب الإلهي في تربة نفوسكم، فاسقوها بالإبتهال والأعمال الطيبة، واقتلعوا من حولها الأعشاب الضارة والمتطفلة: أعشاب الشكوك والضجر والخمول.

وعندما تنبت المدركات القدسية عليكم برعايتها وسقيها بمياه الشوق والإيمان، وستسعدون ذات صباح برؤية زهرة معرفة الذات المباركة.

***

يجب ألا نغفل أبداً الحبيب الأعظم المحتجب خلف كل الأحباب والأحبة وألا ندع حب الدنيويات الفانية يستولي على قلوبها التي يجب أن تخفق بالحب الإلهي الدائم الباقي الذي لا نظير له ولا يفوقه حب في الوجود.. إذ عندما يمتلك الحب الإلهي القلبَ تحل فيه الطمأنينة وتملؤه غبطة الروح.

الكتب المقدسة تنصح الإنسان بأن يتفكر في الله ويغمر عقله به ويسلم كل الأمور له وأن يعبده عبادة صادقة لا تخالطها مراءاة ولا يشوبها رياء. معرفة الله يجب أن تكون غاية الحياة. الواجبات الدنيوية لا يمكن إنجازها دون الإستعانة بالقوى الممنوحة للإنسان من الله.

يجب أن لا يكون في حياة الإنسان أي شيء يؤلهه ويعتبره أهم من الله. إن اهتم المرء بالله اهتماماً صادقاً وقام بواجبه الروحي نحوه ستتحسن أوضاعه على كل صعيد وسيشعر بالأمن والطمأنينة بالرغم من كل الظروف المحيطة به.

***

يجب أن لا يتعدى الشخص على حقوق غيره وأن لا ينتزع منهم أرضهم أو سلامهم أو محبتهم أو كرامتهم أو أيا من ممتلكاتهم المادية والمعنوية.

إن لم تشعر بالرغبة في أخذ ما ليس لك فالذي تحتاجه أو ترغب فيه سيأتيك.السرقة تتولد أولاً في الفكر عندما يبدأ الشخص بحسد الآخرين. يجب نزع بذور المشتهيات الخبيثة من الفكر .

الإيثار الروحي هو الطريق.. عندها سيجتذب الشخص البحبوحة تلقائيا وتتوارد عليه الخيرات من حيث يدري ولا يدري. إنه قانون إلهي لا يخطئ. أما السارقون والأنانيون فيلهثون طوال عمرهم وراء المادة وعيونهم دوما على ما بحوزة الآخرين، حتى ولو كانت خزائنهم ملأى بالذهب .

وما لم يتم التخلي عن الأنانية المادية لا يمكن أن يعرف العالم السعادة.

***

بعد بضع سنين من الزواج، يسأل آلاف الأزواج وزوجاتهم أنفسهم:

"أين ذهب حبنا؟"

والجواب بالنسبة لهؤلاء هو: لقد احترق في نار الإنغماس المفرط وطغت عليه الأنانية وانعدام الإحترام.

فعندما تدخل هذه الصفات المظلمة إلى القلب يتحول الحب إلى رماد.

عندما يسيء الرجل والمرأة معاملة بعضهما البعض فإنهما يدمران للأبد سعادتهما معاً.

يجب على الرجل أن يساعد المرأة على إظهار مزاياها الطيبة وأن يجعلها تشعر بأنها ليست معه لمجرد تحقيق رغباته بل كرفيقة درب يكنّ لها الإحترام والتقدير ويعتبرها تعبيراً لأسمى مظاهر الحياة.

وعلى المرأة أن تنظر للرجل بنفس الكيفية.

***

إن وضعتَ نوعاً مغايراً من السماد على جذور شجرة ما ستأتي الثمار هزيلة سقيمة. وبالمثل عندما يغذي الشخص شجرة الصداقة بمشاعر الأنانية فإن بواعثه غير الجديرة بالاعتبار تشوّه ثمار الصداقة وتلحق بها التلف.

إن الإهتمام بشخص ما لمجرد أنه غني أو صاحب نفوذ وبمقدوره أن يفعل شيئاً ما من أجلنا لا يمكن أن يدعى صداقة. كما أن الإنجذاب لشخص ما بسبب امتلاكه وجهاً جميلاً ليس صداقة أيضا. إذ عندما يفقد ذلك الوجه جاذبيته الفتية الفتانة ستتبخر "الصداقة" وتصبح في خبر كان.

***

الأعمال الطيبة التي يقوم بها النبلاء لمساعدة الآخرين، يجب عدم إنجازها طمعاً بالصيت والشهرة أو إرضاءً للأنا، بل يتعين إتمام كل الأعمال حباً بالله وابتغاء مرضاته.

***

من يستمتع باغتياب الغير والطعن والوشاية بهم لا يعرف أبداً طعم السعادة الناجمة عن مساعدة الآخرين بالكلمة المشجعة والمشورة الحكيمة. الشجب القاسي يثبط الخاطئ ويثير سخطه.

معظم الناس هم على دراية في قلوبهم بنقاط ضعفهم وقروحهم الخلقية المؤلمة، وهذه لا يمكن شفاؤها بالمضايقات الكاوية والتقريع اللاذع، بل بمرهم المحبة الملطف المريح.

***

دعني يا رب أفعل ما تريدني أن أفعله وألا أسمح لمطامحي أو رغباتي بتسييري. ساعدني كي أنجز الأعمال التي من شأنها أن تجعل هذا العالم أفضل من كل ناحية علّ أفكاري وأفعالي تعلن مجدك وتذكر الآخرين بك.

***

النوم نعمة، إذ مهما كانت مشاكلك فإنك تتحرر منها عندما تغفو. ولكن يجب معرفة كيفية التحرر من المشاكل بصورة واعية، أثناء ساعات اليقظة. إن لم تكن قد تذوقت طعم السكر فلن تعرف حلاوته. وبالمثل، ما لم تستخدم إمكانيات العقل استخداماً كاملاً فلن تتمكن من معرفة قوته العجيبة.

***

في الوقت الذي كان فيه حضرة القاضي يصدر قراره النهائي بخصوص مسألة دقيقة تعني الموت أو الحياة لشخص آخر كان في نفس اللحظة يفكر بمشاكل بيتية حصلت له ذلك اليوم وكان منزعجاً لأن حكمه في البيت لم يكن نافذاً!

فإن أصدر مثل هذا القاضي حكماً جائراً من شأنه أن يؤدي إلى موت شخص بريء بسبب نقص في التركيز فإنه بدوره سيقف متهماً ومدانا أمام القاضي الأعظم ديّان كل المعاصي: القانون الكوني الذي لا يعرف المحاباة ولا مكان فيه للمحسوبيات.

***

لا زلت أذكر عندما حصل لي اختبار لم أكن أتوقعه؛ إذ من خلف غيوم التأمل انبثق فجأة فجر الغبطة الروحية وغمر كياني .

تلك التجربة المباركة فاقت كل التوقعات، إذ شعرت بفرح يعصى على الوصف، وأضاء نور الغبطة كل زوايا الوعي المظلمة، مُقصياً ظلال الحيرة والتساؤلات.

لقد اخترق ذلك النور– كالأشعة السينية – الأجسام الخشنة وأراني أشياء تقبع خلف أفق الرؤية العادية، شرقاً وغرباً، شمالاً

وجنوباً، أمامي وخلفي، فوقي وتحتي، في داخلي ومن حولي، وفي كل مكان.

***

الشك الهدام يشبه الشلل من حيث تأثيره. فهو يعيق التفكير البناء ويعرقل قوة الإرادة.

إنه يعمل كحاجز في وجه الأعمال الخيّرة للقوى العليا ونواميس الكون، ويحول دون وصول بركات الله إلى النفس. كما يجلب إحساساً من القلق وشعوراً بالعجز.

إنه يقاوم النجاح ويرفض الأفكار بفعل نزوات الجهل والأحكام المسبقة والتحامل المجحف أو العواطف والانفعالات غير المنضبطة.

***

الانبعاث الروحي يعني تحرير النفس من قفص الجهل والإفلات من قيود الوعي المحدود.

الحياة البشرية تكون في بعض الأحيان جميلة جداً، ولكن التعلق بها يشبه وضع طائر الجنة في قفص ضيق. إن فتحتَ باب القفص فقد يتردد الطائر في الإنطلاق منه لأنه اعتاد عليه.

هذا الطائر البديع يعتريه الخوف ولا يريد مغادرة القفص والعودة إلى الحرية اللامحدودة التي أتى منها، محبذاً بدلاً من ذلك البقاء في مجال صغير ومحدود لا يتسق مع طبيعته.

وهكذا النفس البشرية تألف الجسد وتصبح أسيرته، غير مدركة أنها جزء من الكون اللامتناهي وأن وجودها الأرضي موقوت ولا بد أن تعود إلى بيتها السماوي.

وتحرير الحكمة الفطرية من قيود الجسد ومحدودياته هو ما أدعوه الإنبعاث الروحي.

***

لا توجد حدود لقوة العقل. ركّز على هذه الفكرة واملأ ذهنك بهمة الإنجاز والتصميم على العمل الإيجابي نحو تحقيق أهدافك. واظب على دفع الفكر باتجاه إنجازات أعلى. إن أحرزت الثراء الروحي سيكون كل ثراء ورخاء رهن إشارتك وطوع يديك.

***

عندما يتعذر على الإنسان تحقيق رغبة ما بمجهوده الفردي فإنه يتوجه إلى الله بالدعاء. وهكذا فإن كل ابتهال يتلفظ به ينمّ عن رغبة كامنة في النفس. ولكن بالعثور على االله تتلاشى كل الرغبات وتتحقق كل الأمنيات.

***

يجب أن يبذل الإنسان ما بوسعه وأن يكون موضوعياً، غير متحيز، ومتحرراً من التعلقات المكبلة.

كما يجب أن يبدي اهتماماً خاصاً بالدراسات (الأحداث والمواقف) التي تضعها الحياة أمامه لأنها تتضمن الدروس التي يتعين عليه أن يتعلمها.

***

يجب إدخال أهداف عالمية نبيلة إلى هذا العالم وانتهاج مُثل ترتقي بالإنسان إلى مستويات عالية.. تهذب أفكاره وتشذب رغباته وتصقل مواهبه السامية.

وهذه يمكن تفعيلها بالقدوة الروحية والمناهج الجيدة لا بالقوة الغاشمة والحروب الطاحنة، فالقوة السياسية خطيرة دون مبادئ روحية تتحكم بها وتسيّرها.

عندما أشير إلى المبادئ الروحية فلا أعني بذلك مذاهب أو طوائف بعينها أو انتماءات معتقدية محددة بل ما أقصده القوانين الكونية: نواميس البر والفضيلة التي تنطبق على الجميع وتجلب لهم الخير والرفاهية والسلام.

***

كل إنسان يعيش تحت شجرة أمانيه التي تحقق كل رغباته. تلك الشجرة هي الإرادة. فإرادة الإنسان التي هي انعكاس للإرادة الإلهية تملك في جوهرها القوة الكافية لتحقيق آمال وأماني الشخص.

لكن من لا يعرف كيفية التحكم بأمانيه ورغباته وأفكاره فليحمد ربه ألف مرة لأن أفكاره غير المنضبطة لا تتحقق على الفور، وإلا لتسببت الرغبات الجامحة بتجسيد تلقائي لنمور كاسرة جارحة تمزق طمأنينة النفس وتسحق عظم السعادة وتجعل واحة السلام الروحي قاعاً صفصا.

وليحذر الإنسان من التركيز على، ومداومة التفكير في، الخوف والفشل والمرض والجهل خوفاً من أن تبزغ هذه السلبيات كالغيلان من ظلمة المجهول وتخلق مشاكل خطيرة يصعب التعامل معها أو التحكم بها. الأفكار السلبية لا تجلب على صاحبها سوى الضرر، فليستبدلها بالأفكار الإيجابية إن هو أراد الخير لنفسه ولغيره.

***

عندما ندرك أن القدرات التي نحتاجها سواء للتفكير أو للكلام أو للشعور أو للفعل كلها تأتي من الله وأنه معنا على الدوام، يلهمنا ويهدينا، نتحرر على الفور من الاضطراب.

ومع هذا الإدراك تأتي ومضات من الفرح النقي، بل وأحياناً تغمر كيان الشخص استنارة عميقة مبددة على الفور لأفكار الخوف.

***

كل كلمة صالحة أو شريرة تترك اهتزازاتها أي آثارها في الجسد أو الدماغ وفي طاقة الحياة والفكر على هيئة ميول ورغبات.وعلى هذا الأساس فإن اهتزازات كل الكلام تترك ميولاً صالحة أو رديئة في الفكر. إن الذي تخلص من دوافع تشويه الحقيقة يؤسس في داخله قوة هائلة بحيث لا يشهد زوراً ويكون كل كلامه صائباً.

***

با ركني يا رب حتى أستخدم صوتي لخدمة الحقيقة من خلال نطق الكلام العذب والنافع والمنعش.

واعزف ألحانك الخالدة على ناي حياتي حتى أتبارك باهتزازت أنغامك القدسية.

***

أيها المحبوب الكوني
أرى وجهك متألقاً في الجواهر المتوهجة
وألمح تورّدك في أوراق الورد
وأسمع صوتك في تغريد الطيور فأنتشي
وأحلم بأنني ألتقيك في كل القلوب
فتغمرني غبطة عارمة

تجلّ عن الوصف

التحرر من الخوف
المعلم برمهنسا يوغانندا

كل ما في الكون مكوّنٌ من طاقة أو اهتزاز. فاهتزازِ الكلام هو مظهرٌ أو تعبيرٌ أكثرَ كثافة من اهتزازِ الفكر. أفكار كل البشر تتماوج في الأثير. ولأن للأفكار رتبة اهتزازية عالية فلم يتم الكشف عنها بعد. إنما لحسن حظنا أننا لا نعرف أفكار كل الناس!

بالضغط على أزرارِ الراديو أو إدارتها (وبوسائل أخرى هذه الأيام) تستطيع سماع ألحان وأصوات مختلفة. ولولا الوعي الكامن في طبقات الأثير التي تنتقل عبرها أمواج الراديو إلى جهاز الإستقبال لديك لسمعت كل الأصوات المبثوثة مرة واحدة.

لقد خلق الله الأثير وأوحى لعقل الإنسان كي يصنع وسائل لبث واستقبال الإهتزازات عن طريق هذا الوسيط. الأمواج الإذاعية تعتمد في انتقالها على الأثير وعلى الكهرباء في البث والإستقبال. أمواج الراديو الإهتزازية هي أفكار منقولة عبر الفضاء إلى أي جهاز استقبال متناغم.

عندما تكون قريباً من شخص عزيز عليك تشعر بأفكاره ولكن قد لا تستطيع الشعور بأفكار شخص بعيد عنك ما لم تمتلك مجال استشعار متطور. الذين يمارسون أساليب التركيزِ والتأمل بانتظام يشعرون بهدوء كبير وتزداد أفكارهم رهافة نتيجة لممارستهم العلمية تلك فيستطيعون الإحساس بأفكار ونوايا الآخرين حتى من مسافات بعيدة!

كلنا أجهزة بث واستقبال بشرية: إنك تستقبل رسائل الآخرين الفكرية عن طريق قلبك الذي هو مركز الشعور، وتبث رسائلك الفكرية الخاصة عن طريق العين الروحية التي هي مركز التركيز والإرادة. هوائيك هو في الدماغ مركز الوعي السامي البديهيّ الإدراك. افرض أنك بعيد عن بيتك وترغب في

معرفة ما يحدث فيه، فإن كانت أحاسيسك ساكنة للغاية وفكرك هادئاً ستتمكن من حدس مشاعر وأفكار أسرتك في البيت. عندما تمتلك مقدرة كبيرة على التركيز تستطيع أفكارك النفاذ إلى أي مكان، ويصبح إحساسك مشحوناً بالطاقة الحيوية.

المسافات أمر نسبي لأن الطاقة تختزل الفضاء. المسافة تتضاءل مع تطوير وسائل التواصل والإتصال. وافرض أنك كنت نائما وحلمت بذهابك عن طريق الجو إلى بلد آخر، ومن هناك أخذت القطار إلى إحدى المدن، من بعدها سافرت بحراً إلى إحدى الجزر وفي الطريق توقفت في عدة موانئ. كل ذلك يحصل خلال بضع دقائق في الحلم لأن لا مسافات في الفكر.

العالم والفضاء بأسره موجود كفكرة وفي ذلك تكمن قوة العقل. أستطيع إغماض عيني والتفكير بأشياء تبعد عني آلاف الأميال. الفضاء والزمان هما مجرد مفاضلات فكرية. ما الفرق بين القهوة الساخنة والبوظة الباردة في الإختبار الحلمي؟ عندما تستيقظ تدرك أن البوظة في عالم الخيال لم تكن سوى فكرة وأن القهوة الساخنة كانت فكرة أيضا، وكلاهما كانتا مجرد فكرتين مختلفتين. للعقل قوة كلية الإدراك والمعرفة. العقل الذي أتحدث عنه هو عقل الله. ومثلما هو كلي الحضور بواسطة الفكر، هكذا نحن.

عندما تحاول الإستماع إلى إذاعة ما يحدث أحياناً أن تسمع تشويشاً مصاحباً للبث. وبالمثل عندما تحاول إنجاز شيء ما ذي بال في حياتك تختبر تشويشاً من نوع آخر يحاول صدك وإعاقة تقدمك. ذلك التشويش هو العادات السيئة.

الخوف هو نوع آخر من التشويش الذي يؤثر على جهازك النفسي. وكالعادات الطيبة أو الرديئة فإن الخوف هو أيضاً بنـّاء ومدمّر معاً. مثال على ذلك عندما تقول الزوجة: "إن زوجي سيسخط إن أنا خرجت من البيت هذا المساء ولذلك لن أخرج." تكون مدفوعة بالخوف الودي الذي هو بنـّاء. هناك فرق بين الخوف الودي والخوف الخانع. إنني أتحدث هنا عن الخوف الودي الذي يجعل الشخص حذراً لئلا يؤذي غيره دون مبرر. الخوف الخانع يشل الإرادة. أعضاء الأسرة يجب أن يشعروا بالخوف الودي فقط، وألا يرهبوا قول الحقيقة أحدهم للآخر. القيام

بأعمال مدفوعة بالإحساس بالواجب، أو تضحية الرغبات الشخصية خدمة ومحبة بشخص آخر هو أفضل بكثير من عمل ذلك من قبيل الخوف. وحتى عندما يكف الإنسان عن تجاوز القوانين السماوية يجب أن يفعل ذلك محبة في الله لا خوفاً من عقابه.

يأتي الخوف من القلب. فإن شعرت بالذعر من مرض أو حادث ما يجب أن تتنفس شهيقاً وزفيراً بعمق وببطء وبوتيرة منتظمة لعدة مرات، مستريحاً مع كل زفير. هذا سيساعد الدورة الدموية على استعادة وضعها الطبيعي. إن كان قلبك هادئاً فعلا لن تشعر بالخوف على الإطلاق.

يتيقظ القلق في القلب نتيجة الإحساس بالألم. وهكذا نرى أن الخوف يتوقف على بعض اختبارات سابقة. ربما يكون الشخص قد سقط في الماضي وكسر رجله، وهكذا فإنه يرهب تكرار نفس الإختبار. التركيز الدائم على مثل تلك الإختبارات الأليمة يشل الإرادة والأعصاب مما قد يؤدي إلى السقوط وكسر الساق ثانية! علاوة على ذلك عندما يصبح القلب مشلولاً بالخوف تنخفض حيوية الجسم إلى أدنى مستوى لها مما يسمح لجراثيم المرض بغزو الجسم وإلحاق الضرر به.

بالكاد يوجد شخص واحد لا يخشى المرض. لقد أعطيَ الخوف للإنسان كأداة احترازية لتجنيبه الألم، ولم يكن الغرض منه تضخيمه والتفكير الدائم به. الإنهماك المتواصل بالخوف يعرقل جهودنا لتفادي المصاعب وحل المشكلات التي تواجهنا. الخوف الحذر يقوم على الحكمة، كالتفكير على سبيل المثال أن نوعاً من الطعام لا يناسب الصحة بالرغم من الرغبة في تناوله. الخوف من المرض يجسّد المرض. الناس يجلبون المرض إلى أنفسهم لمجرد التفكير به. إن كنت دائم الخوف من الإصابة بالزكام ستكون أكثر عرضة له مهما فعلت لتلافيه. لا تشلّ إرادتك وأعصابك بالخوف. عندما يلازمك القلق ضد إرادتك فإنك تساعد على خلق نفس التجربة التي تتخوف منها. وليس من الحكمة أيضا الإختلاط – أكثر من اللازم – مع الذين يتحدثون عن أمراضهم وضعفهم على الدوام. فالتركيز على هذه الأمور قد يساعد على غرس بذور الخوف في عقلك. الذين يخشون

الإصابة من السل الرئوي أو السرطان أو أمراض القلب يجب عليهم أن يطردوا هذا الخوف من أفكارهم لئلا يجلب لهم تلك الحالات غير المرغوبة. أما بالنسبة للمرضى والعجزة فيحتاجون إلى بيئة سارة رضية قدر الإمكان، بين أناس من ذوي الطبائع القوية الإيجابية بغية تشجيعهم ورفع معنوياتهم من خلال الأفكار والمشاعر الإيجابية. للفكر قوة عظيمة. العاملون في المستشفيات نادراً ما يمرضون بفضل ثقتهم بأنفسهم، بل أن أفكارهم القوية تجدد نشاطهم وتمدهم بمعين متواصل من الحيوية.

لهذا السبب من الأفضل أن لا يخبر الشخص الآخرين عن عمره عندما تتقدم به السن. فحالما يفعل يرون ذلك العمر معكوساً به ويقرنونه بالصحة والحيوية المتضائلتين. إن فكرة تقدم السن تخلق القلق وتسلب الإنسان الحياة والحيوية. لذلك احتفظ بعمرك سراً لنفسك. يجب أن نؤكد لأنفسنا بأننا أرواحٌ خالدة وأننا ولله الحمد نستمتع بنعمة الصحة الجيدة وأن الدنيا بألف خير.

لذلك يجب مراعاة الحذر بدل الخوف. يجب اتخاذ التدابير الوقائية وبذل قصارى الجهد للتخلص من أسباب المرض والتحرر من الخوف. الجراثيم موجودة وبكثرة في كل مكان بحيث لو راح الإنسان يرهبها لعجز عن التمتع بالحياة. وحتى بالرغم من كل إجراءات الوقاية الصحية، لو تمكن الشخص من معاينة بيته تحت عدسة المجهر لفقد شهيته ورغبته في تناول الطعام.

مهما كانت الأمور التي تخشاها، حوّل فكرك بعيداً عنها. اتركها لله وعزز ثقتك به. الكثير من التألم عادة ما يكون بسبب القلق النفسي. لِمَ التألم والمرض لم يأتِ بعد؟ وما دامت معظم أمراض الناس ناجمة عن الخوف فإن تخلوا عن الخوف سيتحررون على الفور وسيكون الشفاء فورياً. كل ليلة، وقبل النوم، أكد لنفسك: "الله معي، ومن كان الله معه لا خوف عليه." حوّط نفسك فكرياً بروح الرب وطاقاته الكونية معتبراً أن أية جرثومة تهاجمك ستصعق. تكرار "يا الله يا قدير" أو "يا رب يا معين" بكل ثقة سيحميك ويقويك ويجعلك تشعر بالراحة

والصحة. إن تناغمت مع الله ستنساب حقيقته إليك وستعلم أنك في جوهرك روح لا يمسه العناء ولا يحيق به الفناء.

كلما شعرت بالخوف، ضع كفك على قلبك ملاصقاً للجلد ودلكه من الشمال إلى اليمين مردداً: "يا رب ابعد هذا الخوف عني وحرر فكري وعقلي من أي تشويش." وكما توجد طرق للتخلص من التشويش الإذاعي، هكذا إن دلكت القلب باستمرار من اليسار إلى اليمين، وإن ركزت باستمرار على فكرة إقصاء الخوف من قلبك سيزول الخوف بعونه تعالى وستشعر بالفرح الإلهي يغمر كيانك بأسره.

الخوف يلازم الإنسان على الدوام، والتخلص منه ممكن بالتفكير بالله والإحساس بحضوره.

اتكل على الله وكن أصيلاً في كل ما تفعله. المقلدون كثر، فلا تضف إسمك إلى قائمتهم الطويلة. أتقن ما تقوم به وافعله بكيفية فريدة لم يسبقك عليها أحد من قبل. المجال مفتوح للإبداع ما دامت الرغبة صادقة والإرادة متوفرة. الطبيعة بأسرها تتجاوب معك عندما تتوافق مع الله.

غالباً ما يضع الإنسان نفسه أولاً، ولكن يجب أن نفكر بالآخرين ونساعدهم على قدر طاقتنا، ونتمنى لهم الخير كما نتمناه لأنفسنا. عندما نفعل ذلك عن طيبة خاطر ومن قلوبنا نشعر باتساع في دائرة تعاطفنا وبعمق وتعاظم الألفة بيننا وبين الآخرين.

في بيئة عدد سكانها ألف شخص، لو تصرف كل واحد تصرفاً ودياً لكان لكل واحد 999 صديقاً. ولكن إن تصرف كل واحد في تلك البيئة كعدو للآخرين، سيكون لكل واحد 999 عدواً.

إن قهْر قلوب الناس بقوة المحبة هو أعظم انتصار يمكن لأي شخص أن يحققه في الحياة. حاول دوماً التفكير بصالح الآخرين وستجد العالم بأسره عند قدميك. تلك كانت أروع إنجازات العظماء الذين عاشوا وماتوا في سبيل الآخرين.

أصحاب القوة المادية الجبارة الذين يعيشون من أجل أنفسهم لا غير سريعاً ما تلفهم أكفان النسيان. أما الذين يعيشون من أجل الآخرين يبقى ذكرهم خالداً على الدوام. الأنبياء لم تكن لديهم عروش من ذهب إبان إقامتهم الأرضية، لكنهم يتربعون على

عرش المحبة في قلوب الملايين. ذلك هو أفضل عرش يمكن أن يعتليه أي إنسان.

يأتي الإنسان إلى هذا العالم باكياً في الوقت الذي يبتهج الجميع بقدومه. ويجب أن يعمل ويخدم إبان فسحة العمر الممنوحة له بحيث عندما يحين وقت مغادرته هذا العالم يرتحل باسماً في حين يبكيه العالم.

لقد خلق الله هذه الدنيا علّ الإنسان يستخدم ذكاءه من أجل بلوغ المعرفة الروحية وإدراك الذات الإلهية. الفكر قوة كبرى وينبغي توجيه تلك القوة في المسار الصحيح بما يعود بالنفع على نفس الإنسان والآخرين.

لو لم يمنحنا الله الحب بغرس حبه في قلوبنا لما تمكنا من معرفة الحب البشري على الإطلاق. وما دام الله كريماً معنا ومحباً للغاية فينبغي أن يكون قصدنا وغاية بحثنا. لا يريد أن يفرض نفسه علينا ولكن لا سعادة يمكن تحقيقها دون التفكير به والتواصل معه.

الطريقة الغامضة التي يعمل بها الجسم والعقل الذي ميّزنا به الله عن سائر المخلوقات..

وكل أعجوبة ومعجزة أخرى في الحياة يجب أن تكون حافزاً كافياً لجعلنا نعتزم البحث عنه والعثور عليه.

من يحاول ذلك بصدق وإخلاص سيفلح في مسعاه وسيحصل على مبتغاه.

عندما شرعتُ على هذا الطريق كانت حياتي في بادئ الأمر مشوشة وغير منتظمة، لكن بالمحاولة المتكررة والعمل المتواصل أخذتْ الغيوم تنقشع والأمور تتجلى بكيفية مدهشة. وكل ما حصل لي كان برهاناً قاطعاً على وجود الله وإمكانية التواصل معه والتعرف عليه في هذه الحياة. فيا للطمأنينة ويا للراحة النفسية والسكينة الباطنية التي يحصل عليها المريد لدى عثوره على الله. ستصبح الدنيا عندها مشرقة باسمة وسيكون كل شيء على ما يرام، ولن يقوى شيء على إلقاء الخوف في القلب.

هكذا يجب أن نواجه التحديات ونخوض معركة الحياة بجرأة وبسالة تليق بأبناء الحياة والنور.

الكشف عن الكنوز

المعلم: برمهنسا يوغانندا

الترجمة: محمود عباس مسعود

هل في الكون من قوة قادرة على إظهار مناجم الغنى والثراء، والكشف عن كنوز ما كانت في الحسبان ولم نحلم بها من قبل؟

وهل في الكون من قدرة نتوجه إليها ونتكل عليها طلباً للصحة والتماساً للسعادة والتنوير الروحي؟

المعلمون المستنيرون يؤكدون وجود هذه القوة وقد أثبتوا فاعلية قوانين ومبادئ الحق التي ستعمل من أجل الإنسان إن هو جرّبها بعقل منفتح.

النجاح في العالم لا يتوقف كلياً على التدريب والمقدرة الذاتية، بل يعتمد أيضاً على التصميم على الاستفادة إلى أقصى حد من الفرص المتاحة.

فرص الحياة لا تأتى مصادفة، بل يتم خلقها واستحداثها. فالإنسان هو من خلق كل الفرص التي توفرت وتتوفر له (سواء في هذه الحياة أو في الماضي البعيد، بما في ذلك الحيوات أو التجسدات السابقة.) وما دام قد أوجد تلك الفرص فيجب أن يستخدمها ويستفيد منها على أكمل وجه وبأفضل الطرق.

إن نحن استخدمنا كل الوسائل والوسائط الخارجية المتوفرة لنا، إضافة إلى قدراتنا الطبيعية، من أجل التغلب على كل العقبات التي قد تعترض طريقنا، فسننمّي القوى التي وهبها الله لنا: تلك القوى غير المحدودة التي تنبثق من أعمق أعماق كياننا. إننا نملك قوتين كبيرتين هما قوة الفكر وقوة الإرادة. ويجب أن نستخدم إلى أقصى حد هاتين الهبتين المقدستين.

الإنسان يبرهن عن النجاح أو الفشل طبقاً لنوعية وطريقة تفكيره الاعتيادي. فأيهما الأقوى في حياة الشخص: أفكار النجاح

أم أفكار الفشل؟ إن كان التفكير سلبياً في معظم الأوقات فلن يكفي التفكير الإيجابي بين الحين والآخر لاجتذاب النجاح. ولكن إن فكر الشخص باستقامة فسيعثر على ضالته وسيبلغ غايته، حتى ولو شعر أنه محاط بظلمة كثيفة.

كل إنسان مسؤول عن نفسه. ما من شخص آخر سيعطي جواباً أو يدفع حساباً نيابة عنه في اليوم الأخير.

إن عملنا في العالم حيث وضعتنا كرمانا (نتائج أعمالنا السابقة) لا يمكن لأحد سوانا أن يقوم به. وعملنا يعتبر ناجحاً فقط عندما يخدم بصورة ما إخوتنا البشر.

يجب عدم استذكار أية مشكلة أو مداومة التفكير فيها. لندع المسائل تهجع بين فترة وأخرى وقد تحل ذاتها بذاتها. ولكن يجب أن لا يرقد الإنسان طويلا بحيث يفقد القدرة على التمييز. فترات الاستراحة ينبغي استعمالها للتعمق في التأمل والوصول إلى آفاق هادئة في أعماق النفس.

عندما تتناغم مع نفسك ستتمكن من التفكير بصفاء في كل ما تفعله. حتى وإن تشتتت أفكارك ستتمكن من استجماعها وتصويبها من جديد. القدرة على التناغم المقدس يمكن اكتسابها بالجهد والممارسة.

إضافة إلى التفكير الإيجابي يجب استخدام قوة الإرادة والعمل بجد ومثابرة لإحراز النجاح والتوفيق. كل المظاهر والظواهر الخارجية هي نتيجة الإرادة، لكن هذه القوة لا يتم استخدامها غالباً بكيفية واعية رشيدة.

توجد إرادة آلية مثلما توجد إرادة واعية، والمحرك الدافع لكل القوى هو العزيمة الثابتة أو قوة الإرادة التي لا يمكن للإنسان أن يسير أو يتحدث أو يعمل أو يفكر أو يشعر بدونها. لذلك فقوة الإرادة هي الدافع المحفّز لكل الأعمال، وعدم استخدام هذا النشاط معناه الخمول والهمود الكلي، جسديا وعقليا. الإنسان يستخدم الإرادة حتى في تحريك يديه، ومن المستحيل أن يحيا دون استخدام هذه القوة.

الإرادة الآلية هي استخدام غير واعٍ لقوة الإرادة. الإرادة الواعية هي طاقة حيوية مصحوبة بالتصميم والمجهود، وهي مولـّد القوى الذي ينبغي توجيهه بحكمة وتعقـّل. عندما يدرّب الشخص ذاته على استخدام الإرادة المفكرة الحكيمة وليس الآلية غير الواعية، يجب أن يتأكد أيضا ً من استخدام إرادته بطريقة نافعة بنـّاءة وليس لأغراض ضارة أو لامتلاك أشياء تافهة لا نفع لها.

ومن أجل خلق إرادة فعّالة وقوية التأثير يجب أن ينوي الشخص ويصمم على فعل الأشياء التي ظن أنه لا يستطيع القيام بها. حاول القيام بالأشياء الأسهل أولا ً، وكلما ازددت ثقة وقوة وأصبحت إرادتك أكثر فعالية حاول إنجاز أشياء أكثر صعوبة وتحديا ً.

يجب التأكد أولا ً من تحديد غاية طيبة ونبيلة، والسعي لتحقيقها بكل الطاقات والإمكانات، مع الرفض التام للاستسلام أو الاعتراف بالفشل مهما كانت العوائق التي تعترض الطريق.

يجب استخدام كامل الإرادة لإتقان عمل ما في المرة الواحدة وعدم تبديد القوى أو ترك أشياء غير مكتملة الإنجاز قبل الشروع بمغامرة جديدة

والسلام عليكم

كيف تقرأ أخلاق الاخرين

بدراسة أخلاق الآخرين يصبح الشخص متيقظاً واعياً لأمور يمكن أن تساعده على تحسين طبيعته الذاتية. بيد أن دراسة الخـُلق دراسة سلبية هو أمرٌ منافٍ للحق والضمير، وله نتائج هدامة.

كل الناس يتحاشون "بوليس الأخلاق السري" الذي لا هم له سوى فضح الآخرين والتشهير بهم. كثير من الناس ممن يستمتعون بانتقاد الغير لا طاقة لهم على تحمّل الإنتقاد أنفسهم

مع أنهم قد يمتلكون نفس العيوب والنقائص التي يأسفون لمعاينتها في الآخرين بحسب ما توحي لهم به ضمائرهم "النقية".

تكتسب دراسة الخلق أهمية خاصة لسبب أساسي وهو أن الشخص يحتاج دوماً لملاحظة الصفات الطيبة في الآخرين وغرس تلك المناقب الحميدة في نفسه. إنني أدرس الخـُلق عندما يتحتم عليّ التعامل مع أشخاص بعينهم. لكن انتقائي يأتي من زاوية مختلفة تماماً. أحياناً أسمح لشخص أعرف أنه غير طيب كي يكون معي على أمل أن يستفيد. فإن استجاب لأفكاري الروحية من أجل صالحه يتغير للأفضل، وإن لم يستجب أكون قد حاولت جهدي.

إنني كالطبيب المعالج الذي يعرّض نفسه للمرض من أجل مساعدة المريض. كل الأطباء يتعرضون لتلك المجازفة لأنهم يرغبون في الخدمة والمساعدة. وهكذا هي الحال مع الطبيب الروحي. إنه يأخذ على عاتقه فحص الآخرين وإطلاعهم على مواطن الضعف والألم قصد مساعدتهم في تحسين نفوسهم.

قال السيد المسيح "لا تدينوا لئلا تدانوا" (وفي القرآن الكريم نقرأ "إن بعض الظن إثمٌ") وهذا تنديد واضح بالإنتقاد المدفوع بالنوايا السيئة والرغبة في إلحاق الأذى بالغير. ذلك التصرف هو فظ ومفسد لأجواء الصداقة والمودة بين الناس. ليس للإنتقاد من فائدة على الإطلاق ما لم يُقدّم بمحبة صادقة وعندما يرغب به الشخص الآخر. ويجب أن لا يُقدم إلا برغبة تقديم المساعدة لذلك الشخص. إن الذين تعلموا ضبط النفس لهم الحق في مساعدة الآخرين. فمن وجهة النظر تلك فإن دراسة الأخلاق ناجعة وجديرة بالإعتبار.

أحد صنوف دراسة الخلق يقوم على علم الفراسة. يقال أن كل السمات البارزة في الإنسان تظهر بوضوح في جسده. قول لا يمكن تعميمه لأن ليس كل الخاصيات أو المظاهر الفسيولوجية تنبئ بدقة عن الحياة النفسية.

لقد درس أرسطو علم الفراسة كدليل لمعرفة الخـُلق. المعلمون الهنود يذهبون إلى أبعد وأعمق من ذلك. فهم يقولون أن الأفكار الأساسية لحياة الإنسان متجلية في العينين. ومع أن العينين تفصحان عن مكنونات النفس بحذافيرها – ليس لهذه

الحياة وحسب بل لتجسدات خلت أيضا – إنما لا يستطيع قراءة تلك المعطيات وتحليلها سوى عقل معلم مستنير.

أحياناً تكون سائراً في الطريق وفجأة تلاحظ شيئاً ما في عينيّ أحد المارة فتقول بينك وبين نفسك "لا أرتاح لذلك الشخص" أو "أحب ذلك الشخص" بحسب مقتضى الحال.

العيون تروي الحكاية من الألف إلى الياء. فالخوف والغضب والحسد والطمع والكرم والمحبة والشجاعة والروحانية وجميع الصفات الطيبة والرديئة تـُحدث انعكاسات مماثلة في العينين. المخبرون السريون يستطيعون التحكم بعضلات وجوههم بحيث لا تفصح قسماتهم عن نواياهم. لكنهم لا يمكنهم إخفاء أو إزالة الريبة والاشتباه من عيونهم (ولذلك يلبس بعضهم نظارات سوداء!) أما اليوغي فعيونه ساكنة لأنه يفكر في الروح الإلهي الهادئ الساكن.

لقد تمت دراسة كافة ملامح الوجه والجسد. حتى النتوءات البارزة على الرأس تم تحليلها. لكن المظهر الجسماني لا يروي كل الحكاية دوماً، والثقافات المختلفة تستنج استنتاجات متباينة من ملاحظاتها ودراساتها. البعض يقول أن الأشخاص البدينين هم محبو رفاهية ولا يرغبون في العمل، وأن النحيفين هم أكثر روحانية.

لقد كان قيصر حذراً من كاسيوس "الهزيل الجوعان" الذي به أبصر خطراً على سلطته. بعض الكـُتاب وضعوا نظرية تقول بأن النحاف يفكرون كثيراً ولهذا فإن اللحم لا يلتصق بأجسامهم. ومع ذلك فإن دراسة التاريخ تبيّن أن النحفاء وذوي البدانة كانوا حكاماً صالحين.

إن كنت دائم البدانة الآن فقد كنت بديناً مرات عديدة من قبل (في تجسدات سابقة). أو إذا كانت نحافتك مستعصية مزمنة، فقد كنت كذلك لعدة تجسدات خلت. لقد ورثتَ الميل والنزعة (للبدانة أو النحافة) من الماضي. ومهما كانت الأطعمة التي تتناولها يبقى ذلك النموذج الفكري متغلباً وأكثر قدرة على إظهار ذاته.

إن الفراسة كعلم بغية قراءة الخلق هي علم صادق فيما إذا أخذنا بعين الإعتبار أن كل الأفكار التي مرت في عقل شخص

ما طوال تجسدات عديدة تبدو بارزة في الجسم. ولكن ذلك يقتضي قوة حدسية صائبة لمعلم روحي مستنير كي يستبين معالم الفراسة في ذلك الشخص بصورة كاملة وصحيحة.

سقراط على سبيل المثال كان غاية في القبح. وذات مرة قابل منجماً عظيماً قال له: "يا سقراط إنك أسوأ وأخبث إنسان رأيته." فغضب تلاميذ سقراط للغاية من المنجم، لكن معلمهم أجاب: "صدقت. لقد كنتُ كل ذلك في الماضي، ولكن مع أنني تغلبت الآن على تلك الصفات الذميمة بالحكمة لا زالت الأشياء التي فعلتها مرتسمة في هذا الجسد، مما يبدو بشعاً."

(هذا يذكرنا بمظهر أبرز الأدباء العرب على مر العصور: أبو بحر الجاحظ الذي قيل فيه:

لو يُمسخُ الخنزيرُ مسخاً ثانيــاً ما كانَ إلا دونَ قبِــح الجاحظِ

رجلٌ ينوبُ عن الجحيمِ بنفسهِ فهو القذى في كلِّ طرفٍ لاحظِ)

ما من وجهين متماثلين تمام التماثل. كل وجه مختلف بسبب الخاصيات والمزايا التي أظهرت ذاتها في هذه الحياة وفي حيوات سابقة. فالأمر ليس مجرد الحكم على الناس على أنهم طيبون أو رديئون كون مظاهرهم الحالية كريهة أو كريمة. القديس فرنسيس الأسيزي لم يكن جذاباً من الناحية الجسدية في حين كان تلميذه الأخ ماسيوس رجلاً وسيم الطلعة. لكن ماسيوس لم يمتلك الجمال الروحي العظيم الذي كان يتحلى به القديس فرنسيس.

هناك فرع آخر للتحقيق متعلق بعلم الفراسة هو باثوغنومي: تفسير عواطف المرء أو طريقة إظهار عواطفه عن طريق الإيماء وقسمات الوجه والحركات الجسدية، ومن خلال دراسة ردود فعله تجاه بعض الأحداث.

المشاعر والعادات تشير إلى خاصيات الشخص الذاتية، لكن معظم الناس نمّوا المقدرة على إخفاء مشاعرهم الحقيقية لأنهم لا يريدون أن يكشفوا أنفسهم للغير.

هناك زوجان سمعا نبأ غرق زوجتيهما معا، فأظهر أحدهما حزناً عميقاً في حين لم يقل الآخر شيئاً. لكن الذي عبّر عن أسفه

ظاهرياً كانت محبته لزوجته أقل من الزوج الذي لم يظهر أي تألم على الإطلاق من خلال تعبيرات وجهه. وهكذا فإن الباثوغنومي - معرفة العواطف الحقيقية وردود الفعل – هي دراسة عميقة جداً.

بالإمكان تحليل الناس بكيفية أكثر دقة وضماناً تبعاً لعواطفهم وطبقاً لمظاهرهم البدنية. إنني أجمع الطريقتين معاً من أجل التحليلات الأكثر دقة وصحة. فكل الذين يأتون إليّ قصد التدريب أضعهم في مواقف معينة لأرى كيف ستتفاعل عقولهم ومشاعرهم. إن استجابوا بصورة عكسية أحاول تصحيحهم. لكني لا أفعل ذلك ما لم يطلب الشخص بنفسه النصيحة مني، وما لم يخولني السلطة والإذن كي أوجهه.

بعض الناس ينفعلون عاطفيا لأقل سبب. الموسيقيون الغربيون هم إجمالاً عاطفيون للغاية ومعظم الموسيقى الغربية عاطفية لأنها تدور حول حكايات الحب البشري. في الهند تتمحور الموسيقى حول فكرة الله وذلك هو السر في ميلها لتهدئة عواصف العواطف واستجلاب سكينة روحية عميقة. هذا لا يعني أن كل العازفين الغربيين عاطفيون أو كل العازفين الهنود روحيون، مع أنهم كذلك على الأرجح. الكلمة السنسكريتية للموسيقار تعني مُسبّح الله.

في التعامل مع العاطفيين نادراً ما يمكنك الركون إليهم والوثوق بثباتهم. فاليوم تراهم معكَ وغداً يتركونك أو ينقلبون ضدك. لقد رأيتُ أشخاصاً يأتون إلى الصومعة وفي غضون أيام قليلة يريدون إقناعك بأن إخلاصهم مضرب المثل لكنهم بعد فترة قصيرة يذهبون في حال سبيلهم ولا تراهم بعد ذلك.

لا شيء يؤلمني في الصميم كنكث عهد الصداقة وخرق قدسيتها. عندما أمنح صداقتي لأي شخص لا أسحبها ثانية.

من السهل التمييز بين الصنف الآلي والصنف المفكر من الناس. الصنف الأول يريد أن يعمل والثاني يريد أن يفكر وينعم النظر. الحاجة تمس إلى الإثنين معاً. الآليون يريدون أن يعملوا على الفور ولذلك يحتاجون إلى من يلقنهم كيفية توجيه طاقاتهم وتحويلها إلى نشاطات نافعة روحياً. ولمساعدة كلا الصنفين

لخلق توازن توافقي فإنني أنصح الصنف الآلي بالتأمل والمزيد من التفكير، وأنصح الصنف المفكر بالمزيد من التبصر والعمل.

مدمنو العادات السيئة كالإفراط في الطعام والتدخين وشرب الخمر ينبغي معاملتهم بعناية لأن صدّهم عن تحقيق رغباتهم يولد بهم الغضب. إن أخذت الطعام من أمام الشره المبطان فسيتملكه السخط. من العبث محاولة مساعدة عبيد الحواس هؤلاء ما لم يبدوا رغبة صادقة في التحسن.

ذوو الإتزان العقلي سيتعرفون على الله. إن سيد الأكوان يتربع على عرش الإتزان العقلي. وبذلك الإتزان يتمتع الإنسان بالسلام التام.

طبقاً للفلسفة الهندية كل إنسان تسوده صفة من الصفات الأساسية الثلاث:

ساتوا: هي صفة ذوي الميول الروحية الذين يتناولون الغذاء المناسب بحكمة وينمّون العادات الطيبة ويحبون الله.

راجاس: هي صفة ذوي النشاط المتواصل، الذين يستمرون في العمل حتى الموت.

تاماس: هي صفة الذين يشحنون حياتهم بالمشاجرة والغضب والحسد والإنغماس بالملذات الحسية والخمول وخلق التشويش والبلبلة بين الناس.

يجب التغلب على أية عادة تصد المريد عن التقدم الروحي، ويجب أن يكون سيد أفكاره وأفعاله. قلائل هم الذين يعرفون أين يكمن خيرهم الفعلي.

وباستخدام الطريقة التالية يمكنك أن تحكم على أي إنسان. تسعة وتسعون بالمائة من كل الناس يفشلون تحت هذا الفحص: اطلب من أي شخص أن يفعل شيئا ما – لصالحه – وسيفعل العكس تماماً. لماذا؟ لأنه لا طاقة له على مقاومة أهوائه. فعاداته الدنيوية مستحكمة عاتية. غالباً جداً لا يفعل الناس ما تقترحه – مع علمهم الأكيد أنه لخيرهم – ليبرهنوا أنك لا تستطيع التأثير بهم أو عليهم. الراغبون في التحسين الذاتي يتعين عليهم مصاحبة ذوي ضبط النفس والطباع الهادئة. حاول التواصل مع الفائقين من ذوي السمو الروحي وستستفيد كثيراً.

الضعيف يجب أن يصاحب القوي، بل والأكثر قوة أيضاً! المصارع لا يزداد قوة ما لم يصارع من هو أقوى منه.

هناك ثمة من يقول أن المرأة ماكرة كالهر. ولكن الرجل يمكن أن يكون ماكراً كالثعلب أيضاً. الهر يأكل عصفور الكناري الأليف ثم يجلس ساكناً كاليوغي المتأمل أو الشيخ الوقور متصنعاً البراءة من تلك الفعلة الشنعاء.

بعض الناس يحلو لهم تدمير سلام وسعادة الآخرين. فغايتهم تكمن في المضايقة والإزعاج ويتصرفون كالذئاب الكاسرة، ينطلقون في المجتمع بحثاً عن الشجار والعراك ولا يرتاح لهم بال إلا بعد تعكير الصفاء وشحن الأجواء.

بعض الأصناف من الناس شـُبهوا بطائر القيق (أبو زريق) يثرثرون كل الوقت. قيل أن الرجل خـُلق أولا وأن الإله تواشتري أخذ بعد ذلك رقة القمر ونعومة الزغب من صدر الإوز ونضارة الزهور وثرثرة القيق ومزج هذه الأشياء فكانت المرأة. وكانت فرحة الرجل لا توصف. لكن بعد فترة ذهب إلى تواشتري قائلا: "يا لها من مخلوق جميل. إنني حقاً أقدّرها، لكنها تتكلم دون توقف وقد نغصت عليّ عيشتي، فأرجوك يا سيدي أن تستردها." لكن الرجل عاد إلى تواشتري بعد شهرين وقال: "إنني أشعر بحزن عميق، فأرجو أن تعيد المرأة إليّ." غير أنه رجع بعد فترة وقال: "أرجوك خذها عني." لكن هذه المرة أجابه تواشتري: "لن أفعل! فيجب أن تحتفظ بها!"

مسكين ذلك الرجل! فهو لم يستطع العيش معها، ولكنه لم يستطع العيش بدونها أيضاً!

والنساء أيضاً بإمكانهن التظلم من الرجال. وما لم يتفهم الرجل والمرأة طبيعة بعضهما فإنهما يعذبان أحدهما الآخر بجهل وغباء. كلاهما متساويان في نظر الله. فلا رجل يولد بدون امرأة ولا امرأة تولد بدون رجل. من واجب الإثنين أن يخلقا في نفسيهما توازناً بين صفاتهما البارزة والمحتجبة. الرجل يسيّره العقل أكثر من العاطفة والمرأة تحركها العاطفة أكثر من العقل. كلاهما يجب أن يجتهد لإحداث توازن نفسي للعقل والعاطفة معاً كي يصبح شخصية متوازنة و مستكملة.

بعض الناس – أعزكم الله – يتصرفون كالحمير. فبالرغم من تألمهم الكبير والطويل من مغبات العبودية الحسية يستمرون في تغذية عاداتهم الرديئة بعناد وإصرار. وعلى ما يبدو أن حظهم من الذاكرة هزيل. وإذ ينسون بسرعة النتائج المؤلمة لانغماسهم الشهواني فلا يتعلمون شيئا من اختباراتهم وتجاربهم. فهم من هذه الناحية كالأنعام أو أضل سبيلا!

في الطبيعة تمثل الحيوانات على اختلاف أنواعها كل العواطف والخاصيات المتباينة. لكن الإنسان يحتويها كلها في داخله. فهو يستطيع أن يتصرف كالأفعى أو الذئب أو الثعلب أو الأسد. في باطننا يكمن مصدر الجحيم أو ينبوع النعيم. يجب أن نتعلم كيف نظهر أكثر فأكثر المزايا الملائكية والصفات النبيلة في أفكارنا وأقوالنا وأفعالنا.

ومع أن دراسة الأخلاق ممكنة عن طريق تحليل العيون والعواطف والملامح الجسدية حسبما أوضحنا غير أن الطريقة الأعظم والأسمى والأكثر دقة هي دراسة الخـُلق بالإستعانة ببصيرة النفس أو الشعور الباطني الحدسي. فإن بقي شعورك وعقلك هادئين ستتمكن من الإحساس بطبيعة كل شخص تقابله أو تتواصل معه بطريقة أو بأخرى، وسيكون شعورك بديهياً صادقاً ولن يتمكن أحد من إيهامك أو مخادعتك.

إن وظيفتي هي قبول كل صنوف البشر قصد التدريب وإسداء العون. ليس من الإنصاف حصر إمكانيات أي شخص في مجال محدد وتحليله من زاوية واحدة لا غير. لكن سواء تغير ذلك الشخص أم بقي على حاله فالبصيرة ستخبرك بذلك أكثر من تشخيصك للعينين والمشاعر وقسمات الوجه، مهما كانت طبيعة ذلك الشخص. البصيرة هي أعظم قوة تحليلية. فكما تعكس المرآة الأشياء الموضوعة أمامها، هكذا عندما يكتسب عقلك خاصة المرآة سترى صفات الآخرين الحقيقية معكوسة في مرآة روحك.

إن كنت تعمل على مساعدة الآخرين وتتأمل وتحتفظ بهدوئك، فإن الأخلاق الفعلية لكل من يأتي إليك أو يتواصل معك ستبدو واضحة جلية دون رتوش والسلام عليكم.

لآلئ من بحر الحكمة الكونية

يجب تنمية الهدوء الداخلي للتخلص من العصبية.

صاحبُ الهدوء الطبيعي يحتفظ باتزانه ويبقى مرتاح البال تحت كل الظروف. كما أنه لا يسمح للعواطف بالسيطرة عليه ودفعه لاتخاذ قرارات خاطئة.

إنه لا ينخدع بالكلام المنمق المعسول الذي يستعمله الوصوليون من أجل الحصول على مكاسب لا يستحقونها.

ونظراً لهدوئه الطبيعي فإنه نادراً ما يقع ضحية التضليل والتغرير. بل أن قلبه يُظهر له حقيقة الذين يتعامل معهم ويكشف له نواياهم بدقة متناهية.

هو لا يسمم أنسجة جسمه بالغضب والخوف اللذين يؤثران تأثيراً عكسياً على دورته الدموية.

هناك حقيقة مؤكدة وهي أن حليب الأم الغضبى يمكن أن يكون له تأثير ضار على طفلها. والبراهين كثيرة على أن العواطف العنيفة لها القدرة على تهشيم وتحطيم الجسم.

الإتزان جميل ويجب أن يكون الأساس لمشاعرنا وأفكارنا وأفعالنا، والمرتكز الذي يدور عليه محور حياتنا.

* * *

بما أن العقل هو الدماغ والشعور وإدراك كل الخلايا الحية، فبإمكانه إبقاء جسم الإنسان إما نشطاً متنبهاً أو مسلوب الحيوية، مكتئباً.

العقل هو الملك، وكل الرعايا الخلوية تتصرف تماماً وفقاً لمزاج السيد المتسيد.

وكما نهتم بالقيمة الغذائية لطعامنا اليومي، هكذا يجب أن نبدي اهتماماً بمغذياتنا النفسية التي نقدمها لعقولنا كل يوم.

* * *

إن الجائحات والنوازل والتغيّرات العنيفة التي تحدث في الطبيعة وتجلب معها الخراب والدمار والضرر الجماعي ليست "قـَدراً إلهياً".

هذه الكوارث تنجم عن أفكار وأفعال الإنسان. فحيثما يختل ميزان العالم الإهتزازي للخير والشر بتراكم الأمواج والذبذبات

الضارة المؤذية بفعل نوايا الإنسان السيئة وأفعاله الخاطئة تعم الفوضى ويحدث الدمار على نطاق واسع.

وسيستمر العالم في معاناته للحروب والنكبات والفواجع إلى أن يصحح البشر أفكارهم وتصرفاتهم الخاطئة. الحروب لا تحدث كقـَدَر سماوي ولكن بسبب الأنانية المادية الواسعة الإنتشار. فلو تخلص الناس من الأنانية الفردية والصناعية والسياسية والروحية والقومية لأصبحت الحروب في خبر كان.

عندما تحتل الروح المادية وعي الإنسان وتسود تفكيره يَحدث انبعاثٌ لإشعاعاتٍ شفافة سالبة. والقوة التراكمية لتلك الذبذبات السالبة تلحق أشد الضرر بميزان الطبيعة الكهربائي حيث تحدث الزلازل والفيضانات وكوارث أخرى.

الله ليس مسؤولاً عنها. فأفكار الإنسان يجب أن تـُضبط قبل أن يصبح التحكم بالطبيعة ممكناً.

* * *

الأفكار والكلمات ذات الطبيعة الروحية هي جواهر نفيسة تشعشع بالحكمة اللامتناهية والحب الإلهي.

وكل تعبير راقٍ من تعابير الروح هو بمثابة حجر فلاسفة يحوّل المعدن الرخيص للوعي العادي إلى ذهب القرب من الله الإحساس بحضوره.

آن الأوان لأن يوقظ الإنسان وعيه من غفوة النسيان إلى صحوة الروح.

نسألك يا رب أن تبتعث وعينا من سراديب الغفلة والأفكار الضيقة المحدودة إلى آفاق السلام والنور والمحبة والتعاطف الإنساني الشامل.

* * *

لبلوغ النجاح:

قم أولاً بتحديد هدفك واسأل الله أن يلهمك اتخاذ المسار الصحيح الذي يفضي إلى تحقيق ذلك الهدف، وتأمل.

بعد ذلك تصرف بحسب التوجيه الداخلي الذي تحصل عليه وستصل إلى مبتغاك.

عندما يكون الفكر هادئاً ستدرك الأمور بيسر وسلاسة، وسيتحقق النجاح بسرعة أكبر لأن بالإمكان إثبات عمل القوة الكونية من خلال تطبيق القانون الصحيح.

* * *

يجب استخدام الذوق واللباقة مع الناس. هذا ليس مراءاة، بل احترام لمشاعر الآخرين.

الإنسان ليس حجراً بل كائن مفكر وواعٍ ويجب أن لا يعامل الناس كما لو كانوا حجارة لا تشعر.

الشخص المنهمك دوماً بشؤون الآخرين يصبح مصدراً للمشاكل.

إن كان ما ستقوله سينجم عنه خير وإن كان الشخص الآخر متقبلاً لذلك فقله بالفم الملآن. ولكن في بعض الأحيان لا يرغب المتقبل بما تقوله وسيفعل بالضبط عكس الذي تريده أن يفعله.

عندما يتمكن الشخص من التوافق مع الآخرين يصبح كالوردة العطرة.

عندما تمر بجانب بستان من الورود تشم أحياناً أريج الورد أو الفل أو الياسمين، فتقول "يا سلام! ما أزكى هذه الروائح!"

وهكذا النفوس الطيبة.. إذ ما أن تدخل مجالها حتى يلامسك عبير حياتها. إنه عطر يسمو بالنفس ويرفع مستوى إدراكها.

أما إن مررت بالقرب من رائحة كريهة فلا ترغب بالبقاء في ذلك المكان.

عندما تلتقي بشخص سيء الطبع، مشاكس، عدواني، محب للخصام، فلا ترغب بالبقاء معه نظراً للرائحة الزنخة التي تصدر عنه.

* * *

معظم الناس لا يحاولون فهم الحياة على الإطلاق.

فهم يحيون حياة آلية دون أي هدف ويغادرون هذه الدنيا دون وعي عند انقضاء حياتهم الأرضية.

لا ينبغي أن نعيش على هذا النحو، كالآلات التي تعمل بطريقة أوتوماتيكية، بل يجب أن نعثر على الهدف ونحقق غاية الحياة.

الكبير والصغير يجب أن يكافحا من أجل البقاء. كثيرون يلتمسون الأعذار لأنفسهم في عدم البحث عن الحقائق الخالدة قائلين: "هيهات أن نتمكن من توفيق أعمالنا مع تلك المثل العليا." لكنهم لا يجدون صعوبة في الأكل والتفكير بشؤونهم الحياتية.

بالتحليل نجد أن طبيعة كل إنسان هي ثلاثية: جسدية وعقلية وروحية. الناس يصرفون حياتهم في تأمين المستلزمات المادية للعيش لا غير، ولكن رخاء الإنسان يكمن أيضاً في تحقيق احتياجاته الفكرية والروحية.

لذلك يجب أن نبسط حياتنا ونحيا بسعادة وسلام وطمأنينة، وأن نحلل ونختزل احتياجاتنا ونعرف الطريقة الصحيحة والمشروعة لتحقيق تلك الاحتياجات دون خلق المزيد من الرغبات غير الضرورية، لأن الرغبات الكثيرة تخلق متاعب كثيرة.

* * *

إن سلاسل القيود ومفاتيح الحرية تكمن جميعها في سراديب العقل.

* * *

يا رب، سأدخل فردوس حضورك بقلب تملؤه المحبة ويغمره الحنين.

ها هي أشواقي اللاهبة تفتح أبواب روحي وتملؤني النشوة العظمى لمرأى نورك الإلهي الوهاج.

* * *

كقاعدة أساسية، لا أحب إصدار الأوامر، لأنك بمجرد أن تطلب من شخص ما عدم فعل شيء ما إلا ويصر ذلك الشخص على فعل ذلك الشيء.

لذلك أقترح بأن لا يأمر الإنسان ولا ينهى سوى نفسه. إن طعم الفاكهة المحرّمة شهي في البداية ولكنه مرّ المذاق في النهاية. لذلك يجب توخي الحذر وعدم السماح لأحد بسلبك حريتك وسعادتك.

* * *

إن الله يتذكرنا حتى وإن لم نذكره. فلو نسي الخليقة ولو للحظة واحدة لامّحى كل شيء من صفحة الوجود.

من سوى الله يحفظ هذه الكرة الأرضية سابحة في الفضاء؟ ومن غيره يستحث نمو الأشجار وتفتح الأزهار؟

أجل، إنه الله الذي يبقي قلوبنا نابضة بالحياة. وهو الذي يهضم طعامنا ويجدد خلايا أجسامنا كل يوم. ومع ذلك فما أقل الذين يتذكرونه ويشكرونه حق شكره!"

* * *

خلف طبقات الجو العليا
خلف شعاع الشمس ونبض الخلايا
خلف دقات القلب وهمس الخواطر
خلف الأفكار التي بها أبتهل
خلف أمواج حنيني
وخلف حجب المادة
أنت موجود أيها المطلق اللانهائي.
إن نفسي لتشتاق إليك..
إنك لست في أقاصي النجوم وحسب
بل في خفق مشاعري..
تتألق في أفكاري
وتشحذ إرادتي بالعزم والحيوية.
أحس بلمستك المباركة
وأسعد بحضورك في أعماق روحي.

* * *

إن مشاهد الجبال المرتسمة على الستارة الزرقاء
وآلية الجسم البشري التي تذهل العقول
والزهور الرائعة التكوين
وشهامة النفوس الطيبة
وسمو الأفكار الرفيعة
وعمق المحبة..
كلها تذكرنا بالخالق البديع
والفائق الجمال.

* * *

الحب هو الصرح الذهبي
الذي بناه ملك الخلود

للأسرة الكونية بأسرها.
والحب هو نارٌ خفية
تصهر بأمر إلهي
الخشونة من الكون
وتحولها إلى مادة غير منظورة
من الحب الأبدي.
والحب كالنهر الذي يجري دون توقف أو انقطاع
في أراضي النفوس المتواضعة والصادقة
لكنه يلتف حول صخور الأنفس المتحجرة
بالصلف والأنانية والغرور
لأنه لا يستطيع النفاذ منها
والعبور من خلالها.
* * *
لا رغبة للعارفين بالله
في أن يضعوا أنفسهم في قلوب الآخرين
أو يظهروا بأنهم عظماء
لأن رغبتهم الوحيدة هي إيقاظ الوعي الروحي
في نفوس الراغبين
وإلهامهم حب الله والتوجه إليه.
* * *
ذات مرة كان إنسان أخرس يأكل عسلاً، فسأله أحدهم عن نكهة العسل.

وبالرغم من عدم مقدرة الأخرس على الكلام لكنه قام بحركات جعلت السائل يفهم أن العسل حلو المذاق.

وبالمثل، عندما يدخل العقل حالة الوعي السامي ويلامس الحضور الكلي اللانهائي فإنه يعرف أنه على تواصل مع الله وأن الإختبار عذب، لكن من غير الممكن التعبير بالكلام عن حالة ذلك الاتصال الذي يفوق حد الوصف.

ومع أن الألم هو حقيقي بالنسبة للشخص لكنه لا يستطيع مع ذلك نقل إحساس الألم إلى الآخرين كي يشعروا به تماماً مثلما يشعر به هو.

وهذا ينطبق على المدركات الروحية العليا. فهي شيء لا يستطيع أحد التعبير عنه بالكلام.

معرفة الله يمكن إدراكها فقط بالإختبار الشخصي المباشر.

* * *

من قلب الفجر اقتطفتُ أزاهير النور تقدمةً لك
وأنرت مصابيح اليقظة في محراب الصباح
الذي تغمره سكينة الروح.
ولقد أبصرت وجهك المبارك
يتلامح من خلف الظلال..
ذلك الوجه الحبيب الذي كان وما زال يرمقني
بعطف وحنان عبر أحقاب الدهور.
لن ألوم الأقدار بعد اليوم
إذ أن الظلمة التي حجبتك عني هي من صنع ذاتي.
الآن.. وفي مرآة غبطتك النقية
أبصر نفسي وأعرف أن جوهرها فرح لا انتهاء له.
أسكب حبي في محراب أبديتك
وأرفع إليك ترانيم روحي المشتاقة لك
وأبثك أعمق ما يكنه قلبي
من حب عظيم وحنين دائم.

* * *

طوبى للذين ينتقدهم الآخرون لقيامهم بأعمال طيبة لأن فردوساً من الغبطة الأبدية في انتظار الذين يعيشون ويموتون بنبل وكرامة.

والويل للذين يحاولون، بدافع من الأنانية والوصولية والحسد والعداوة، إيذاء الناشطين في أفعال الخير.

إن السخرية والتهكم والنميمة وحب الإنتقام والتحيز والكذب هي حرابٌ مسمومة من الشر ترتد على صاحبها فتلحق به أشد الضرر.

* * *

إن الحواس التي تستمد وجودها من الوعي والطاقة المنبثقين عن الله تـُظهر لنا العالم وتصور لنا النفس على أنها جزء منفصل عن مصدرها وعن باقي الخليقة.

القفص الجسدي قد أسَرَ النفس التي هي انعكاس للروح الكلي.. وقد طغى عليها النسيان فلم تعد تتذكر جوهرها الإلهي بل صارت تعتبر قفصها الجسدي على أنه ذاتها الحقة ولذا فهي تتقمص كل شوائبه وتنسب لذاتها محدودياته وقصوراته. النفس في مثل هذه الحالة تدعى "الإيغو" أو "الأنا".

ولكن عندما تدرك هذه "الأنا" أو هذه الذات الصغيرة المقيدة بأن ارتباطها بالجسد موقوت وبأنها ذات جوهر خالد لا يموت يمكن عندئذ تسميتها بالنفس.

وكلما ترسخ إدراكها بطبيعتها الجوهرية وارتقى وعيها وتمدد، كلما أحست بأنها على صلة وثيقة بالوعي الكوني وبأن البشرية جمعاء هي أسرتها العالمية.

* * *

يجب أن لا ننسى مانح الهبات في الوقت الذي نتمتع فيه بعطاياه.

القلب الشكور يفتح في الوعي طريقاً للنمو الروحي ولخيرات الحياة كي تتدفق، لأنه حالما تتوفر قناة سالكة تندفع القوة الروحية من خلالها.

يجب أن نشعر بالإمتنان لكل نعم الحياة وأن ندرك أن كل قوى التفكير والكلام والعمل تأتي من الله وبأنه معنا الآن يهدينا ويلهمنا.

حالما يترسخ هذا الإدراك في وعي المريد تسطع في كيانه ومضة من الاستنارة.

في بعض الأحيان تأتي القوة الإلهية كموج البحر العارم الذي يندفع بزخم كبير فيجرف العوائق ويزيل الركام من العقل والنفس.

العالم ككل ليس راغباً في الله، إنما هنا وهناك نفوس متعطشة تبحث عنه وتحن شوقاً إليه.

ومع أن الله يبدو وكأنه لا يستجيب لابتهالاتنا، غير أن الباحث الجاد لا يكف عن المحاولة بل يواصل نداءاته من أعماق الوجدان حتى يحصل على جواب.

قبل العثور على الله يهتم الناس بتحقيق الرغبات المادية، لكن بعد العثور عليه تفقد تلك الرغبات طعمها وبريقها، ليس

بفعل اللامبالاة بل لأن المريد يشعر بغبطة الروح تملأ قلبه وترضي كل أشواقه.

الناس يصرفون كل حياتهم سعياً وراء تحقيق أشياء مادية غير مدركين أنهم لو صرفوا ربع المجهود الذي يبذلونه في التوجه إلى الله أولاً ستتحقق ليس بعض.. بل كل رغبات قلوبهم.

فلتمتلئ قلوبنا بالشكر ولتطفح حياتنا بالعرفان.

* * *

لا يمكن جذب الأصدقاء دون إزالة بقع الأنانية والصفات غير المستحبة من الشخصية.

التصرف اللائق هو ركيزة الصداقة الصادقة.

عندما يكون الشخص ذا دوافع نقية ومتحرراً من الأنانية ستبزغ طبيعته الجوهرية وسيزداد عدد أصدقائه الحقيقيين.

* * *

الهدوء هو الحالة المثالية التي يجب أن نتعامل بها مع تجارب الحياة.

الاضطراب هو عكس الهدوء، وانتشاره على نطاق واسع يجعل منه آفة عالمية متفشية.

* * *

النور الكوني الذي هو ينبوع كل القوى محتجب خلف الظلام ويظهر في أعماق السكون حيث يتم تهدئة الأفكار ومعاينة الأنوار.

هناك حالات رفيعة للتركيز العقلي، وكلما ارتقى المريد إلى تلك الحالات كلما اختبر حالات رائعة من الفرح الروحي الذي لا يمكن وصفه بالكلام، وعندها يدرك مغتبطاً:

"إن الذي بحثت عنه في كل مكان
هو الآن معي.. يسكن أعماقي.
هو في قلبي وروحي
في هدأة السكون ألمس حضوره
وخلف جدران الظلام أراه."

* * *

إن الأحزان التي تولدها الكراهية وتنتجها الحروب تثبت أن الروحانية الحقيقية والعطف واللطف هي قوىً أسمى وأكثر تفوقاً.

الكراهية مدمرة في حين المحبة هي أعظم قوة بناءة في الوجود.

لذلك يا أصدقائي الأعزاء يجب أن يتعلم الإنسان درساً من عدم جدوى الكراهية ومآسي الحروب وأن يحب الله، لأن محبته تمنح نجاحاً وتوفيقاً ورضاءً شاملاً لا يمكن لأي شيء آخر منحها.

المحبة فقط ستأتي بانجازات فعلية للعالم. فلو أحبت كل البلدان بعضها بعضاً وكانت متحمسة لمساعدة بعضها البعض، ليس باعتماد القوة والأساليب الخاطئة، بل بالمحبة واللطف، سيعم إذ ذاك الخير والنجاح والإزدهار كل بقعة من بقاع الأرض.

* * *

الإنسان يعيش في قبضة القيود.

كيف يعلم أنه لن يتعرض للأذى في اللحظة التالية، أو أن أحدهم لن يكسر قلبه؟

الأمان الوحيد هو الأمان الذي حققه العظماء. إن امتلاك مثل ذلك الأمان ومنحه للآخرين هو الحرية الحقيقية الوحيدة وهو أسمى حكمة.

* * *

الله هو أعذب ما في الوجود.

كل ما يشتاقه قلبك ستجده في الله. لم أهدر لحظة واحدة من عمري سدىً، وقد تخليت عن كل ما يقصي انتباهي عن الله فحصلت على سعادة لم أتمكن من العثور عليها في أي شيء آخر.

إنني أعيش في حالة من الوعي الإلهي وأريد أن يختبر الراغبون نفس الحالة التي أعيشها..

كما أريد أن أرد الجميل لكل الذين منحوني محبتهم، بمشاركتهم بمحبة الله ونعمة حضوره.

* * *

أنا زبد البحر الكوني
المنبثق من أعماق السرور.

أنا تيار من الفرح المتراقص
فوق أمواج السعادة العارمة..
محاولا قصارى جهدي
كي أصبح بحر الفرح الأعظم.
ألا فلتتسع أمواج سعادتي إلى ما لا انتهاء
ولتنتشر في كل اتجاه
لتهجع أخيرا في قلب الغبطة الكونية!

* * *

الناس لا يرون سوى منتصف الحياة فقط، أما بداية ونهاية الحياة فهي محجوبة عنهم.

وليس من المعقول أن نظن بأن الموت هو النهاية.

هل يعقل أننا نحن الموهوبين بالعقل والذكاء والمفعمين بالحياة ينتهي وجودنا بمجرد أن نغفو وقت الموت؟!

الإنسان بأسرة هو عبارة عن كتلة من الأفكار الخلاقة والوعي الروحي ولا قدرة للموت على القضاء على تلك الكتلة غير المادية وذلك الوعي اللطيف.

* * *

إن أحببتَ الله حباً خالصاً غير مشروط، يضع أفكاراً في عقول الآخرين فتصبح تلك العقول وسائل لتحقيق أمنياتك حتى تلك التي لم تفصح عنها لأحد.

ولذلك فالمغناطيسية الروحية التي بواسطتها تستطيع أن تجذب لنفسك أي شيء هي تلك الجاذبية التي تريد تنميتها.

عندما ترغب بالأشياء الطيبة والنبيلة والنظيفة، ستجذب إليك عندئذ المغناطيسية الإلهية التي ستجلب لك الخيرات والبركات من حيث تدري ولا تدري.

* * *

لو سُئل اللصوص ومدمنو المخدرات والمسكرات فيما إذا كانوا يحبذون أسلوب حياتهم لكان جوابهم في الأغلب "طبعاً لا."

لقد كانوا يظنون عندما شرعوا بممارساتهم الخاطئة أنهم سيكونون سعداء. لكنهم لم يدركوا أبداً أن نتائج أعمالهم ستكون مؤذية وضارة بهم.

لهذا السبب يتألم قلبي وأذرف الدمع على مقترفي الأخطاء.. إذ بحق اللهِ هم حقاً أنا.. ولولا لطف الله بي لكنتُ مثلهم.

الشر بحد ذاته هو نوع من الأفيون. لهذا السبب يجب أن يكون لدينا مصحات خاصة، يتعلم فيها المخطئون طريقة العيش المستقيم والتفكير السليم.

السجن ليس المكان المناسب للإصلاح. مثل أولئك الأشخاص يحتاجون لمخالطة ذوي الشخصيات الفائقة ذات التأثير الإيجابي الفعال، الذين بمقدورهم تقديم العون لهم.

* * *

من محطتك.. الفرح
أستمع يومياً إلى ألحانك الرقيقة الشجية
التي تبدو مألوفة ومحببة إلى قلبي.
في الماضي حاولت الإصغاء إلى محطتك المباركة
لكن برنامجك كان يبدو بعيداً
ما وراء مجال مذياع أفكاري الصغير..
لكن بعد عدة لمسات لمفتاح التأمل
تمكنت من التناغم معك
فأتيتني على جنح الأثير.
لقد كنتَ تعزف أنغام الطيبة
وأريحية القلوب.

* * *

الأفكار هي أنهار متدفقة من منابع الروح.

إن التوافق مع الله هو من أعظم الواجبات وأكثرها أهمية.

الله يصغي للغة القلب النابعة من أعمق أعماق الوجدان.

الناس يظنون أن الله لا يستجيب لصلواتهم لأنهم لا يدركون أن الله يستجيب أحياناً بطريقة تختلف عن توقعاتهم وعما يطلبونه منه.

إنه لا يستجيب دوماً وفقاً لرغباتهم حتى يتناغموا مع إرادته الكلية.

* * *

سأرتشف الرحيق من قلب الزهور

وسأتمدد فوق البساط السندسي الناعم
أو أعدو خلف الفراشات الذهبية..
أود التجوال بين الآكام والمنعرجات الجبلية
بصحبة النسيم العليل البليل
وسط زهور الأقحوان وشقائق النعمان
المتوجة بقطرات الندى.
سأتوقف لبرهة كي أحيي العبير الذكي
الذي تنفحه الأشجار ذات الغصون المتمايلة..
ومع أجنحة الطيور ستحلّق روحي
فوق دنيا الخيال.. في كل مكان
ومع العنادل المغردة سأشدو أناشيدي الصامتة
وسأتوسع مع السماء التي لا حدود لها
ومن خيوط أشعة الشمس سأصنع أفراحي
وبأشعة القمر سأغسل أحزاني
وفي عتمة الليل سأمحو تجاربي المظلمة
ومع الفجر سأخلق عالماً جديداً
من الفرح اللامتناهي.
* * *

إننا قنوات فريدة من نوعها، إذ بمقدورنا توسيع أو تضييق أنفسنا.

لقد مُنحنا حرية الإرادة وقوة الإختيار. البعض يسد قناة حياته بوحل الجهل المتراكم ولا يسمح لفيض المعرفة بتنظيفها.

إن بحر الحقيقة يحاول أن يتدفق من خلال تلك الفتحات الضيقة بزخم أكبر، إنما دون جدوى.

وهناك آخرون ممن يواصلون حفر قنوات حياتهم وتوسيعها وتعميقها بالانضباط الذاتي وثقافة الروح، فيسمحون بذلك للحكمة الإلهية بأن تندفع من خلالهم وتغمر نفوسهم بالنور والبركة.

* * *

الإستلقاء على الظهر على سرير من المسامير هو عمل فذ بالكاد يرغب أحد القيام به، ومع ذلك يجب أن تثير اهتمامنا قوة العقل التي تجعل مثل هذا العمل الجريء والمثير أمراً ممكناً.

كلنا يعرف الآلام والمضايقات الجسدية نتيجة للحوادث والأمراض والعادات الصحية الخاطئة، ومن يستطيع أن ينكر أن القدرة على الإستلقاء على مسامير الآلام الجسدية دون التأثر بها هي من نعم الحياة؟

إن من يبلغ حالة من الوعي تمكّنه من الإدراك بأنه ليس الجسد، لن يشعر بالألم.

من يقدر على التحكم بعقله يتحرر من الألم ويحرز سيادة تامة على الجسد.

من الطبيعي أن هذا لن يحدث بين عشية وضحاها، لكن المجهود المتواصل يصنع العجائب.

* * *

يجب أن نتقبل الحياة والموت دون جزع، وأن نستفيد إلى أقصى حد من دروس هذه الحياة حتى نتمكن من التعرف على الحياة الأخرى.

ما وراء هذه الأرض توجد آفاق لامتناهية حيث نلتقي ثانية بأعزائنا الذين حسبنا أننا فقدناهم للأبد.

طبعاً يجب ألا نطلب الموت أو نسعى إليه، ولكن عندما يحلّ يجب أن ندرك أنه الإمتحان النهائي الذي يخولنا الحصول على الجائزة الكبرى.

* * *

عندما يدرك الراغب أهمية البحث عن الله لا يتلكأ بل يشحذ همته ويحتفظ بفكره متجهاً نحو غايته المباركة.

وعندما تظهر الرغبة في داخله يغذيها بالتأمل والأشواق الروحية حتى يشعر بحضور الله في قلبه.

تلك هي الطريقة الأكثر أماناً وضماناً لتوجيه سفينة العمر في بحر الحياة.

* * *

في داخلك حديقة رائعة ومدهشة من الأفكار الراقية المعطرة بأريج المحبة وعبق الطيبة والفهم والسلام. زهورها أجمل بما لا يقاس من الزهور الأرضية والرياحين المادية.

عندما تمنح محبتك الخالصة تكون قد غرست وردة فواحة الأريج، وعبير تلك المحبة، ونفح ذلك الفهم يدومان أكثر من أية زهرة أرضية.. وتلك هي الحقيقة!

* * *

التفكير الخلاق، والقراءة المتمعنة، وترديد الكلمات الصادقة، هي وسائل مساعدة للتخلص من السلبية وترسيخ المنحى الإيجابي في الفكر.

كما أن تكرار التأكيدات والابتهالات بتركيز عميق سيساعد على تشكيل نمط من التفكير الصحيح بحيث يصبح التفكير الإيجابي أمراً طبيعياً تماماً مثلما كان التفكير السلبي سابقاً.

* * *

يجب المحافظة على كنز الفرح الروحي وغرس ذلك الفرح في قلوب الآخرين، وألا نسمح لشيء بسلبنا فرحنا الباطني.

وحتى لو عبست الأيام وأوحى الوعي الباطن بأننا خسرنا كل شيء، يجب مع ذلك أن نغرق الصخب والضجيج بصمت الفرح المنيع.

توجوا يا أصدقاء الفرح على عرش طموحاتكم وأهدافكم السامية وأفعالكم النبيلة وأفكاركم الرفيعة وستشعرون بالله كفرح في هيكل كل فكرة وكل إحساس.

كما يجب أن نغرس شجرة الحب الإلهي في تربة اللاشعور.. وعندما نحس بذلك الحب ستتلاشى المخاوف وتتبدد الهموم بعونه تعالى.

* * *

إن القول بأن فلاناً هو ضعيف الشخصية منذ ولادته ولا يمكن أن يصبح قوياً هو قول خاطئ، إذ هناك إمكانية لأن يصبح ذلك الشخص عظيماً ويحقق أموراً رائعة في كافة مناحي الحياة.

* * *

إلى الأبدية

هل سيبزغ فجر ذلك اليوم أيتها الأبدية
حيث سأستعلم منك دون انقطاع
وأرسل إلى مسمعك أسئلة لانهائية
وأحصل منك على الجواب؟!

كيف تنمو الأعشاب الناحلة المستضعفة
وتشرئب رؤوسها بغير انحناء
ودون أن تهزها العواصف الهوجاء
التي تقتلع الأشجار المتشامخة
وتدمر الصروح الضخمة
وتخض البحار الجبارة!
كيف طرفت الشرارة الأولى عينيها
وظهرت أول شجرة
وأول سمكة
وأول طير
وأول وليد؟
متى كانت زيارتهم الأولى
لهذا البيت الأرضي
بيت الأعاجيب؟!
ولكَم يطيب لي أن أمسك بيدك
التي صاغت البحر واليابسة
أيتها الأبدية!

* * *

العالم معظمه ظلمة، لكن عندما نرى من تعلو وجوههم إشراقة النعيم

فإن ابتسامتهم تطرد حزننا وتبدد همنا كمصباح يضيء وسط العتمة

فيتلاشى الظلام أمام نوره.

لندع ابتسامة الروح تشع من وجوهنا.. ولندع نسيم الحب الإلهي يحمل بسماتنا وينثرها في القلوب الكئيبة علّ نور تلك البسمات يبدد الظلمة من قلوب الآخرين.

* * *

مراعاة مشاعر الآخرين هي من أروع المزايا، وتمنح الإنسان أعظم جاذبية.

على سبيل المثال، إن كان هناك شخص عطشان، فإن الذي يفكر بالآخرين يشعر بحاجته ويقدم له شربة ماء.

مراعاة المشاعر تعني الدراية بالآخرين والإفتكار بهم.

من يحترم الغير ويقدر مشاعرهم يعرف بحسه البديهي ما يحتاجون إليه.

* * *

كان أحد التلاميذ مرتاباً في قدرته على مواصلة طريقه الروحي. ولكي يشجعه، قال له المعلم برمهنسا:

"الله ليس بعيداً، بل قريب وأراه حاضرا في كل مكان."

فقال التلميذ محتجاً: "ولكنك معلمٌ عارفٌ بالله يا سيدي!"

فأجاب المعلم:

"كل النفوس سواسية، والفارق الوحيد بينك وبيني هو أنني بذلت المجهود. لقد أثبتُ لله أنني أحبه فأظهر ذاته لي."

* * *

عندما يستغرق شخص في مشاهدة فيلم ممتع للغاية ينسى كل شيء آخر ويكون تركيزه محصوراً في الفيلم فقط.

وهكذا الحال بالنسبة للهائم في حب الله الذي ينسى كل شيء ما عدا المحبوب الإلهي.

الإنسان العادي لا يمتلك ما يكفي من الشوق والحنين للشعور بالحضور الرباني لأن الفكر متعود على التركيز على الأمور المادية بدل الإلهية.

إن كانت الأفلام والجنس والمتع الدنيوية تستطيع أن تستقطب اهتمام الشخص فما بالك بالله الذي هو منبع الغبطة وأمتع ما في الوجود!

لكن المشكلة تكمن في عدم رغبة معظم الناس في التعرف على الله، ولو عرفته لوجدت أن الساعات تمرّ وأنت مستغرق في نشوة روحية فائقة.

وبغض النظر عما أقوم به، لا أشعر بأية بهجة ما لم يكن الله معي.

* * *

إن كان الناس يتجنبون الفقر المادي، فيجب أن يمقتوا الفقر الروحي لأنه السبب الكامن وراء كل الآلام البشرية.

الإنسان الروحي والعملي في نفس الوقت هو إنسان سعيد، والإنسان السعيد وحده إنسان ناجح.

إن كان سكان إحدى المدن يتنعمون بكل أسباب الرفاهية المادية فهذا مع ذلك لن يوقف القتل والجريمة في تلك المدينة.

إن تطبيق المبادئ العالمية للخدمة المتبادلة، والتعاون العفوي بين الناس، وحب الحياة الروحية، والسيطرة على شهوات النفس.. كلها ضرورية لكي ينعم أي مجتمع بحياة توافقية وصحية وسعيدة ورغيدة.

* * *

لا تظن أن الله لا يستجيب لدعائك. إن كل كلمة تهمس له بها تنتقش في قلبه الكوني. وإن راقبت الطرق العديدة التي يستجيب الله بها ستجد أنه في الحقيقة يستجيب لك دوماً.

وكلما ازدادت أشواقك وتعاظمت لهفتك، كلما كانت الاستجابة أسرع وأروع.

* * *

هناك أشخاص لا يرون في الحياة غاية أسمى من تحقيق حاجيات الجسد وإشباع مشتهياته ليس أكثر، وهذه حالة العيش المقيد بالحواس.

وأشخاص يخدمون من خلال النشاطات الذهنية والحرفية والزراعة والتجارة والبيع والشراء وكل ما يتعلق بالحياة العملية على وجه العموم.

إنهم دائمو الإنهماك في إنجاز الأعمال وهمّهم الوحيد في الحياة كسب المال الذي غالباً ما يبذرونه على المتع الحسية.

ومن بين هؤلاء أفراد أكثر تطوراً وذوو طبائع خلاقة.

وهناك أشخاص ذوو مواهب إدارية وتنفيذية يعكفون على تفهم أسرار الحياة بعد أن اختبروا تحصيل المال وإحراز النجاح في الحياة العملية.

إنهم يعتمدون ضبط النفس في التغلب على إملاءات الحواس وينظرون للحياة بجدية أكبر، ويؤمنون بمكافحة الميول الضارة والسيادة الذاتية وضبط بوصلة الحياة في الاتجاه الصحيح.

وهناك أشخاص ذوو طبائع تأملية، روحانيون بالفطرة وقادرون على نقل أفكار عليا ملهمة للغير.

* * *

الله وحده قادر على تصحيح الشرور التي تنتاب العالم والإنسان، لكن على الإنسان أن يبذل المجهود لإدراك الحضور الإلهي ولإظهار طيبة الله اللامتناهية في داخله.

تأكيد:

كل صباح أقدّم جسمي وعقلي وكل مقدرة أمتلكها لتستخدمها أيها المبدع اللانهائي بالكيفية التي تختارها، كي تعرب عن ذاتك من خلالي.

* * *

لكي يتمكن الشخص من التوافق الذاتي عليه التحكم بأفكاره.

يجب ممارسة التفكير العميق وتركيز الذهن بحيث عندما تحصر ذهنك في فكرة معينة لا يتشتت انتباهك أو يتقافز من فكرة إلى أخرى.

معظم الناس يعيشون على سطح الحياة، لكن الحصول على جواهر المعرفة يلزمه غوص معمق في بحر الفكر.

ذوو التفكير العميق هم أناس سعداء لأن بمقدورهم الإبتعاد فكرياً عن مسببات القلق في بيئتهم.

الإنسان العادي لا سبيل له للإفلات، فهو يعيش دوماً على السطح كالسمكة التي يسهل على الصياد اصطيادها.

* * *

إن الميزة الخارقة للعادة المتعلقة بروح الإبداع هي التي تجعل صاحبها يقف أمام العالم في وهج ساطع كالعظماء الذين أتوا بأشياء جديدة نافعة للعالم لم يسبقهم أحد من قبل إليها.

أولئك العباقرة الأفذاذ كانوا يتمتعون بروح إبداعية لا تقهر تدعهما إرادة لا تتوقف حتى تحقيق المراد.

هل كان الله محابياً لؤلئك العظماء بحيث امتلكوا تلك العظمة المميزة؟ وهل اختارتهم الإرادة الإلهية كي يحصلوا على ذلك المجد العظيم دون سواهم؟

قطعاً لا. كل ما في الأمر أنهم استخدموا مواهبهم الإبداعية لإظهار العظمة والمجد اللذين هما ميراث كل إنسان لأنه مخلوق على صورة الله منبع كل إبداع وابتكار.

* * *

الناس يتعقبون سعادة شبيهة بالزئبق الفرّار، لكن هناك طريقة للعثور على السعادة وهي أن نشكر الله على نعمه ونشعر بالعرفان لما نحصل عليه من بركات الحياة.

إن شـُكرَنا لله على ما في حياتنا من خيرات هو مطلب أساسي للتعرف عليه الذي هو مصدر السلام الأبدي وبحبوحة العيش والفرح المتجدد.

عندما نمنح الله محبتنا نصبح متقبلين لهباته المباركة من سلام وقناعة ورضاء.

إن أسعد الناس في هذا العالم هم الذين تعلموا كيف يفكرون تفكيراً إيجابياً ويقومون بأعمال بنّاءة ويعطون بود وسخاء ما يقدرون عليه، وهم الناجحون في الحياة.

كلما امتلك الإنسان وعياً إيجابياً وقلباً شكوراً ونفساً مُحبة كلما شعر بالله في داخله.

وكلما همس المريد لله "ما أكرمك يا رب!" كلما أدرك أن ما يشعر به من سلام وسعادة هو نعمة من الله، وكلما رغب في توجيه أفكاره وأفعاله على نحو يجعله قريباً دوماً من الحضرة الإلهية.

ذلك القرب مستطاع بالتأمل والتفكير الإيجابي والتصرف السليم. وهذه بدورها تبزغ طبيعياً كنتيجة للعرفان بالجميل وروح العطاء.

لو تفكرنا بما لدينا من خيرات وبكل الأشياء الطيبة التي تستحق الشكر والإمتنان بدلاً من التفكير بالبلايا والمحن والأسقام والعلل والقلق والمخاوف التي تحيق بنا أو تسبب لنا الإزعاج سنبدأ عندئذ بالتعرف على الله، وسنثاب على ذلك بالوعي الروحي الذي ندعوه سلاماً أو غبطة.

وستنبض قلوبنا بالحب والفرح وتتوهج عقولنا بالأفكار النيرة.

* * *

معظم الناس عقولهم شبيهة بمحركات ذات قوة حصانية واحدة!

وبالرغم من وجود طاقات هائلة في عقل كل إنسان لكن نفراً قليلاً جداً يستخدم تلك القوى التي بانتظار التفعيل.

اهتمامات الناس عادة محدودة ومحصورة بضرورات العيش كالأكل والعمل والتسلية والنوم وما شابه.

لكن لدى الإنسان واحدة من أعظم الخاصيات على الإطلاق، وهي القدرة على الإبداع أو الإبتكار.

فما هي تلك القدرة الغامضة الملغزة؟ الغرب هو بلد الإبداع العملي والصناعي والعلوم التطبيقية. والشرق هو بلد التنوير والإبداع الروحي.

روح المبادرة هي القدرة على الإبداع.. عمل شيء ما لم يفعله أحد من قبل، بطرق مبتكرة.

وهي القدرة الخلاقة المشتقة من الخالق.

* * *

لو لم تكن هناك إمكانية للتغيير الداخلي، حيث تكمن بذور ما سنكون عليه، لما تمكنا من إحداث تغيير في الجزء المجهول من طبيعتنا.

لكن لدينا الفرصة للتأثير على ما سنكون عليه مستقبلاً. التدريب المبكر للملكات له دور كبير في تنشيط هذا الجزء المجهول من ذاتنا أو تعريضه للشلل في حال إهماله.

ومثلما تمد النباتات جذورها في التربة، هكذا يتعين علينا تعهد المزايا الطيبة في نفوسنا بالرعاية من خلال التسميد والتعشيب وحلحلة التربة والسقي والتسييج.

كما يتوجب علينا أيضاً القيام بالتشذيب واقتلاع الحشائش المتطفلة من تربة النفس.

إن ثمار حياتنا، سواء كانت كبيرة أو صغيرة أو متوسطة الحجم أو صحية أو مريضة، ستعتمد إلى حد كبير على مدى عنايتنا بأشجار بساتيننا الذاتية.

نمتلك الحرية للقيام بذلك، وإن استخدمنا اختيارنا الحر على أفضل وجه ستكون المحصلة الخارجية حسنة، ونتيجة لذلك ستتكون بذور جديدة وجيدة في الجزء المجهول من طبيعتنا، وهذه بدورها ستحدد ما ستكون عليه حياتنا في المستقبل.

* * *

النتائج السلبية والإيجابية للفكر

الفكر مخادع للغاية إذ بإمكانه أن يُحدِث نتائج سلبية وأيضاً إيجابية.

لا زلت أذكر ذات مرة عندما كانت إحدى شقيقاتي تعاني من التهاب في البلعوم، ولم يسبق لي أن رأيت التهاباً حاداً مثله من قبل؛ فهي لم تستطع الأكل أو بلع أي شيء.

نادتني وقالت وهي تبكي: "أرجوك أن تفعل أي شيء لمساعدتي."

أحضرت لها بعض الطعام وطلبت منها أن تأكل. ولم تكن على دراية بأن يدي كانت ملامسة لبلعومها حيث قمت بتسليط قوة فكري على تلك النقطة.

فجأة وجدتْ نفسها تأكل ولم تشعر بأي ألم، وقد غمرها الفرح لشفاء بلعومها.

بعد مغادرتي لها نهضتْ ونظرتْ إلى بلعومها في المرآة، وعندما رأت أن التقرحات لا زالت موجودة عاودها الألم وراحت تصرخ.

عندما عدت إلى البيت ورأيتها تتألم، سألتها "ماذا فعلتِ؟"

أجابت: "نظرت إلى بلعومي."

قلت لها: "لقد رأيتُ بلعومك بخير في نور الله ولهذا السبب تحسنت حالتك، لكنكِ رأيتِ المرض ولهذا السبب تشعرين بالألم."

بعد ذلك قلت لها: "اشربي هذا الماء."

وبما أن فكرها كان متقبلاً فقد تمكنت من ابتلاع الماء وتعافت من جديد ولم تنظر إلى بلعومها في المرآة ثانية.

وهكذا فإن للفكر دوراً كبيراً في ذلك. أما فيما يتعلق بالأمراض العصبية – والتي تغذيها الأفكار المغلوطة – فيمكن للعقل أن يعزز الشفاء بسرعة كبيرة عند استخدام قوته على النحو الصحيح.

ملاحظة: هذه القصة لا تعني عدم مراجعة الطبيب أو التماس العلاج، ولذا اقتضى التنويه.

* * *

يجب أن نتمكن من القول:

"خلف هذا الجسد المحدود أشعر بالمطلق اللامحدود."

إنني لا أحاضر ما لم أشعر أن الله معي، ولا أعلّم ما لم أكن منسجماً معه تمام الإنسجام. وعندما أتحدث من ذلك المستوى أعْلم أن من يسمعني لن ينسى ما سمعه.

المثابرون سيتعرفون على الله، وأرجو من الراغبين أن يواصلوا مسعاهم حتى يلامسوا حضوره المبارك.

* * *

إن الرغبة في السعادة هي أقوى الرغبات على الإطلاق.

السعادة الحقيقية والدائمة توجد في الله فقط، وعندما تكتشف حضوره يغمرك فرح عظيم.. فرح لا يمكن العثور عليه في أي شيء آخر.

لو أعطي لك العالم بأسره لما عرفت كيف تتصرف به، ولشعرت بعبء ثقيل وقلق حول كل شيء.

طالع حياة كبار المشاهير ورجال العالم وستجد أنهم كانوا مغتاظين، تتقاذفهم المضايقات من كل جانب كالدمى التي تحركها وتلعب بها يد الأقدار.

أما المتوحد مع نور العالم فهو إنسان سعيد لأنه على صلة بخالقه.

* * *

يجب بذل المجهود دوماً للتغلب على الطباع السيئة، لأنه حالما يشعر الشخص بالشؤم والنكد فإنه ينثر بذوراً غير سليمة في تربة نفسه.

الإسترسال المتواصل في الطباع المؤذية هو نوع من الدمار الذاتي. أما محاولة الشعور بالبشاشة والاستبشار يومياً، بالرغم من كل الاختبارات المعكّرة المكدّرة، فهذا مؤشر على التجدد واليقظة الروحية.

* * *

الذين يسمحون لعقولهم بالتصلب والتحجر هم المحتضرون حقاً.

على الراغبين في حل لغز الحياة أن يجددوا حياتهم يومياً وأن يعملوا على تحسين أنفسهم بصورة ما وأن ينمّوا التفكير الخلاق ويمارسوا النشاط البنّاء.

وعلاوة على كل شيء يجب أن يطلبوا من الله الحكمة لأن مع الحكمة تأتي كل الأشياء الجميلة والجليلة.

* * *

لقد وهبنا الله أسرة كي نوسّع دائرة محبتنا من أنفسنا إلى الآخرين الذين تجمعنا بهم صلة القربى، ومن ثم توسيع حدود تلك المحبة لتشمل الجميع.

أحباؤنا يؤخذون منا سواء بالوفاة أو في ظروف أخرى علنا نتعلم عدم تقييد محبتنا في الأشخاص وحسب بل كي نعشق الحب ذاته الذي هو الله قريبنا الأقرب المحتجب خلف كل الأقنعة البشرية.

* * *

كلما وجدت نفوساً متقبلة أحاول مخاطبة العقل والمنطق في أصحاب تلك النفوس، في حين نادراً ما أتحدث لغير المهتمين لأنهم لا يرغبون أصلاً في الإصغاء.

أما المخلصون في بحثهم عن الله فأحاول التواصل معهم عن طريق أفكارهم المتفتحة وغرس بذور الحب الإلهي في قلوبهم.

* * *

عند مشاهدة فيلم سينمائي أو مسرحية، لو عرف المتفرجون حبكة الرواية بكل تفاصيلها قبل مشاهدة العرض لفقد العرض متعته.

وبالمثل من المستحسن أن لا نعرف كل خفايا هذه الحياة لأن هناك دراما كونية تمر بها فصول حياتنا، وليس من المشوق أن نعرف ما سيحدث قبل حدوثه.

يجب أن لا نقلق حول النتيجة الختامية، بل ينبغي أن نطلب من الله كي يأخذ بيدنا لنؤدي أدوارنا في مسرحية الحياة على أكمل وجه ممكن، سواء كانت تلك الأدوار تنطوي على ضعف أو قوة، مرض أو عافية، شموخ أو تواضع، غنىً أو فقر، وأن نعرف في نهاية المطاف مغزى هذه الرواية المعقدة.

* * *

كل واحد يرغب في الحصول على أكثر مما يمتلكه الشخص الآخر من مال، وعندما يحصل عليه يبقى مع ذلك غير قانع لأنه يكتشف أن هناك من هو أكثر منه ثراءً.

الناس يعيشون في مغاصة من الشقاء الذاتي من خلق أهوائهم ومشتهياتهم بدلاً من القناعة بما لديهم.

هناك أشخاص عندهم أكثر بكثير مما عند الآخرين وبالرغم من ذلك فهم غير سعداء بل يتحرقون للمزيد ويحترقون قلقاً وتحسباً.

طريق الله يا أصدقاء هو أسهل الطرق، ومن الأفضل لنا أن نتوجه إلى الله أولاً ونطلب منه أن يمنحنا ما هو الأفضل بالنسبة لنا، وسنحصل من يده الكريمة على ما نحتاج إليه لأنه يستجيب للدعاء الصادق ويحقق أماني محبيه.

* * *

من الحماقة أن نتوقع السعادة الحقيقية من التعلقات والمقتنيات الأرضية لأنها لا تقدر أصلا على تحقيقها لنا.

ومع ذلك فإن ملايين البشر يموتون مكسوري الخاطر، منسحقي القلب بعد محاولاتهم غير المجدية للعثور في الحياة الدنيوية على تلك السعادة التي لا وجود لها إلا في الله ينبوع كل فرح وابتهاج.

* * *

من الطبيعي جداً أن يشكر الناس الله بعد حصولهم على هبات من يده، ونادراً ما يشكرونه أو يخطر ببالهم تقديم الشكر له على هبة الحياة التي وهبها لهم وعلى ما أودع في نفوسهم من مزايا روحية.

من السهل رفع قلوبنا إلى الله عندما نشعر بحضوره أو نحصل على استجابة منه لصلواتنا، ولكن كم هو رائع أن نشكره على هدايته الخفية لنا وحضوره المبارك معنا بالرغم من عدم درايتنا بذلك، وتلك علامة من الثقة بالله والتواضع أمامه والرضا بحكمته.

إن الله يستجيب بطريقته الخاصة لمحبتنا وأشواقنا، والمتواضعون هم الذين يملأ قلوبهم الإمتنان والعرفان بالجميل للبركات والخيرات الفياضة من النبع الإلهي الدائم العطاء.

* * *

هناك مثل سوري مفاده أن عدو المرء معدته a man’s stomach is his enemy (عدو الإنسان بطنه)

المعدة هي الجزء الأضعف في الجسم وغالباً ما تتعرض لأسوأ أنواع سوء الإستخدام. فعندما يصاب الجهاز الهضمي بخلل بفعل الإفراط في تناول الطعام أو تناول الأطعمة غير الصحيحة، يتسبب ذلك بكل أنواع المشاكل الصحية للجسم.

عندما ينظر الشخص إلى وجهه في المرآة يظن أنه على ما يرام، لكنه لا يدرك أنه يحمل الكثير من السموم المترسبة في جسمه، وما لم يعرف الطريقة الصحيحة للتخلص من تلك السموم، وإن لم يتمكن الجسم من التخلص منها على نحو فعال تحدث الأمراض.

* * *

طلب أحد المريدين الشباب النصيحة فقال له المعلم برمهنسا:

العالم يغرس بك العادات السيئة والميول المنحرفة، ولكن العالم لن يكون مسؤولا ولن يعطي جواباً أو يقدم حساباً عن أخطائك الناجمة عن تلك الميول والعادات.

إذاً لماذا تمنح كل وقتك لصديق مخادع؟ خصص ساعة يوميا من أجل الاكتشافات الروحية العلمية.

أليس الله – واهبك الحياة والأسرة والمال وكل شيء آخر – بمستحق لجزء واحد من أربع وعشرين من وقتك؟"

* * *

سأل تلميذٌ:

"سيدي، لماذا يستهزئ بعض الناس بالقديسين والأولياء ويسخرون منهم؟"

فأجاب المعلم برمهنسا:

"فاعلو الشر يبغضون الحق والدنيويون قانعون بالإنجراف وراء التيار. كِلا الفريقين لا يحب التغيير. لذلك فإن مجرد التفكير برجال الله الصالحين يقلقهم ويعكّـر راحتهم.

هؤلاء يمكن تشبيههم برجل عاش لسنين طويلة في حجرة مظلمة. وإذ يشعل أحدهم الضوء فإن السطوع المباغت يزعج شبه المكفوف ويبدو بالنسبة له ظاهرة غير اعتيادية."

* * *

إن مطرقة الحداد الثقيلة لا إرادة لها. وما لم يرفعها بيده ويهوي بها تبقى مكانها دون استعمال.

لكن الإنسان يمتلك حرية الإرادة بحيث يمكنه أن يختار في أن يكون وسيلة خيرة وأداة صالحة بين يدي الله.

لا يريد الله من البشر أن يكونوا مطارق جامدة هامدة بل أن يستخدموا حرية الإرادة من أجل تحقيق المقاصد الإلهية على هذه الأرض.

* * *

المال ليس بالضرورة مؤشراً على امتلاك الذوق السليم. كثيرون من ذوي الثراء يبتاعون أشياء لا يحتاجونها فتتكدس في بيوتهم أكواماً لا رونق لها ولا فائدة.

لا حاجة للمال الكثير لجعل البيت جذاباً والذوق هو العنصر الأساسي في ذلك.

لكن فكرة تجميل البيت تستحوذ على البعض فينهوسون بها ويقيدون أنفسهم بالماديات.

لا بد إن كل من يتحتم عليه دفع فواتير متراكمة وملحّة يحنّ إلى حياة البساطة والتحرر من الضغوط المادية.

لكن تلك الحرية لن تأتي بالإستسلام للتكاسل والخمول أو ترك كل شيء دون مبرر أو منطق.

حدث ذات مرة أن رجلاً ألمّت به خسارة جسيمة فقال:

"وامصيبتاه! لقد خسرت ثروتي وهجرتني زوجتي ولذلك قررت أن أترك كل شيء وأصبح ناسكاً."

هذا الرجل، أيها الأصدقاء، لم يترك كل شيء بل كل شيء تركه!

البيئة النفسية والشعور بالرضا هما عنصران هامان لتحقيق السعادة.

وبعد تمحيص وفرز كل الرغبات، بالإمكان عندئذ القول:

"لا توجد صعوبة في الحصول على الحاجيات المادية الضرورية وعدم القدرة على امتلاكها هو أمر لا مبرر له."

* * *

سأل أحد التلاميذ:

"سيدي، ما الذي يجب أن أفعله كي أتعرف على الله؟"

فأجاب المعلم برمهنسا:

في كل لحظة من لحظات فراغك غُص في بحر التفكير العميق به. تحدث إليه حديث القلب للقلب، حديث الروح للروح.

إنه أقرب من القرب وأعز من الحبيب. اعشقه مثلما يتعشق البخيلُ المالَ، واحببه محبة المتيّم الولهان لحبيبة قلبه، محبة الغريق لنسمة الهواء.

فعندما تبثه حنينك العارم وشوقك الغامر سيأتي إليك."

* * *

يجب ألا تكون كل جهودنا مكرسة لتحصيل الصحة الجيدة والضمان المادي وحسب، بل للبحث عن معنى الحياة أيضا.

عندما ترضـّنا الصعوبات رضّاً نلجأ إلى محيطنا أولا، محاولين القيام بكل التعديلات المادية التي نظن أن العون يكمن بها.

ولكن عندما نصل إلى طريق مسدود ونقول: "إن كل محاولاتي باءت بالفشل، فماذا يمكنني أن أفعل أكثر من ذلك؟" نبدأ بالتفكير الجاد حول إيجاد حل ناجع لمشكلتنا.

وعندما نبلغ بتفكيرنا عمقاً كافيا نحصل بعونه تعالى على الجواب من داخلنا. وهذا بحد ذاته شكل من أشكال الصلاة المستجابة.

* * *

قال المعلم برمهنسا لبعض التلاميذ:

"إياكم والنظرة السلبية للحياة. ولماذا تمعنون النظر في أكوام القمامة والجَمال من حولكم؟

"قد يجد الشخص عيباً في أروع آيات الفن والموسيقى والأدب. ولكن أليس من الأفضل والأجدى التمتع بسحرها وروعتها؟

"للحياة جانب مشرق وأخر مظلم لأن عالم النسبية يقوم على النور والظلال.

"إن سمحتم لأفكاركم في الإغتذاء على الشرور فسوف تجلبون لأنفسكم القبح والبشاعة.

"ابحثوا فقط عن الخير في كل شيء لعلكم تتشربون روح الجمال."

* * *

قال المعلم برمهنسا لمجموعة من المريدين:

"لقد رتـّب الله لنا هذه الزيارة إلى الأرض، ولكن معظمنا نصبح ضيوفاً غير مرغوب بهم، محتسبين بعض الأشياء هنا بأنها ملكنا الحقيقي.

وإذ ننسى أن إقامتنا الأرضية هي إقامة مؤقتة فإننا نخلق ارتباطات وعلاقات عديدة، مثل: "بيتي"، "عملي"، "مالي"، "أسرتي"، إلى ما هنالك.

ولكن عندما تنتهي تأشيرة دخولنا إلى الأرض تضمحل وتتلاشى كل الروابط البشرية، وسنضطر عندئذ إلى ترك كل الأشياء التي كنا نظن أننا نمتلكها. والواحد الأحد الذي يرافقنا في كل زمان ومكان هو قريبنا الأزلي الأبدي الله.

ألا فاعلموا الآن أنكم الروح لا الجسد. لماذا تنتظرون الموت كي يعلمكم بطريقته الفظة المباغتة؟"

* * *

إن تعرّض الشخص لمرض فيتعين عليه أن يعمل ما بوسعه للتخلص من مرضه. وحتى إن أخبره الأطباء بأن لا أمل في الشفاء، يجب أن يحتفظ بهدوئه لأن الخوف يطمس الإحساس بالحضور الإلهي الذي لا يعجزه شيء.

وبدلاً من الإنغماس في القلق والحصر النفسي يجب أن يؤكد المصاب لنفسه بأنه آمن مطمئن في حماية الله ورعايته الودية.

* * *

القلق يعني وجود تشويش في لاسلكي العقل.

النشيد الإلهي هو نشيد الرصانة والهدوء، والإضطراب هو التشويش.

الهدوء هو الصوت الإلهي المتكلم عبر لاسلكي الروح.

* * *

على الراغبين في تجديد حياتهم أن يحددوا أولاً الأشياء الإيجابية التي يريدون إدخالها إلى حياتهم، وأن يضعوا برنامجاً يلتزمون به على أساس يومي وسيشعرون بقدر كبير من السعادة نتيجة للمحافظة على مقرراتهم.

أما عدم الإلتزام بجدول للتحسين الذاتي فيعني إضعاف الإرادة ووضع عوائق أمام عجلات التقدم.

أصدق أصدقاء الإنسان وأعدى أعدائه هي نفسه.

من يصادق نفسه المتوافقة مع نواميس الحياة سيحقق إنجازات مثمرة. لا توجد قوانين تمنع الإنسان من أن يتغير نحو الأفضل ويحقق طموحاته النبيلة.. ولا توجد عوائق تحول دون بلوغ الإنسان أهدافه السامية ما لم يعترف ضمناً بتلك العوائق ويقنع نفسه بأنه لا يستطيع تجاوزها.

من منابع الإلهام

* لا يوجد فرق بين القوانين المادية والقوانين الروحية أو المعجزات التي تحدث نتيجة لمعرفة آليات العقل البشري. العلماء يصنعون المعجزات باستخدام القوانين المادية، والمتقدمون روحياً يصنعون معجزات عقلية. وفي عصر المعجزات العلمية الذي يتسم بسيل من الإختراعات والمبتكرات التي لم تخطر على بال، يتعين على العلماء أن يتعمقوا في دراسة القوانين الروحية التي يستخدمها العارفون.

المعجزات الروحية أو الكرامات هي ليست سوى تشغيل للقوانين الكونية فوق الطبيعية. بالنسبة للشخص العادي تبدو تلك الأعمال معجزات، لكنها في الحقيقة استخدام لبعض القوانين العليا المحتجبة.

***

لقد ارتشفتُ جمالَ مليارات النجوم
المتناثرة في الفضاء السحيق
ومن المباهج البريئة امتصصت الرحيق
وصنعت موقداً حرقت فيه كل الأحزان

وحملتُ مشاعل النور
وجرعت المحبة النقية من كل القلوب
ومزجت الحب الأبوي والأمومي والأخوي
وشربته حتى الثمالة
واعتصرت الكتب الروحية من أجل قطرة سلام
ونظمت الأشعار من وحي الطبيعة
واختلست الحلاوة من قفير السعادة
واستخلصتُ المعاني الجوهرية من منجم الفكر
وقرأتُ ..
وابتسمتُ ..
وعملتُ ..
وخططتُ ..
ونبضتُ ..
وتشوقتُ ..
ولم يكن كل ذلك كافياً
إذ أدركت أنها أحلام غالباً ما تلاشت
قبل تحقيق أماني القلب المستهام.
ولكن ما أن أقصيتُ عني الأحلام
وجلستُ في محراب السلام
حتى تعاظمت أشواقي
وسمعتُ روحي تنشد
الله وحده الباقي!
***

كل إنسان يمثل القوة اللامتناهية ويجب أن نظهر تلك القوة في كل ما نفعله. عندما نرغب في ابتكار شيء ما، يجب أن لا نعتمد على المصادر الخارجية وحسب، بل يجب أن نغوص في الأعماق الداخلية ونبحث عن المصدر اللانهائي.

إن كل أساليب العمل الناجح، وكل الاختراعات، وكل الاهتزازات الموسيقية، والأفكار الملهمة، والمؤلفات الرفيعة والرائعة مدوّنة في سجلات الله.

يجب أن نقوم أولاً بتحديد الهدف، ثم نطلب العون الإلهي ليرشدنا إلى العمل المناسب الذي من خلاله يمكننا الإعراب عن

طاقاتنا، وأن نتأمل إلى أن يهدأ الفكر ويرى بوضوح الخطوة التالية التي يتعين اتخاذها.

بعد ذلك يجب أن نعمل بحسب التوجيهات الداخلية التي نحصل عليها وسيتحقق ما نبتغيه. عندما يصبح الفكر هادئاً ستدرك الأمور بسرعة وسهولة وما أروع ذلك!

وستنال ما تصبو إليه وسيكتب لك النجاح في كل شيء في وقت قصير، لأن القوة الكونية قادرة على تسيير القانون الصحيح والبرهنة على عمله. وإن بحثنا داخل نفوسنا سندرك صحة ذلك بعونه تعالى.

***

سأل أحد المريدين المعلمَ برمهنسا عن أنجع السبل للتغلب على الغواية الشيطانية المحرمة، فقال له:

ما لم تكن قد ترسخت في الحكمة، فيتعين عليك أولاً – عند هجمة الإغراء - أن توقف الفعل أو الدافع القوي على الفور وتتبصر الأمور فيما بعد.

إن حاولت التفكير أولاً فسوف يتغلب عليك الإغراء ضد إرادتك وستجد نفسك تفعل الشيء الذي لا تريد فعله، لأن الإغراء والحالة هذه سيتغلب على العقل.

ما عليك إلا أن تقول بحزم "لن أفعل ذلك" ثم تنهض وتغادر. تلك هي أضمن الطرق للتخلص من حبائل الشيطان.

وكلما نمّيت قوة "اللا أريد" أثناء هجمات الوساوس كلما ازددت قوة وتضاعفت سعادتك، لأن السعادة تتوقف على عمل ما يطلب منك ضميرك عمله.

عندما تقول "لا" للإغواء فيجب أن تقول ما تعني وتعني ما تقول.

لا تستسلم وتذكر أن ذوي الإرادات الضعيفة يقولون "نعم" على الدوام، أما النفوس الكبيرة فإنها مليئة بـ "اللاءات" الأدبية.

***

في التدريب الروحي، تعلمنا السيطرة على عواطفنا والتحكم بميولنا وعدم السماح لتفضيلاتنا الشخصية بأن يكون لها القرار الأول والأخير في حياتنا، وكنا شاكرين ممتنين لكل ما وهبه الله لنا. الناس لديهم الكثير ومع ذلك هناك كثيرون دائمو

السخط والتذمر ويشعرون بعدم الرضا بالرغم مما لديهم، تماماً كما لو كانوا لا يملكون شيئاً، ولا تكاد رغباتهم تقف عند حد.

في الصباح، صبحكم الله بالخير، بعد أن يحلق الزوج ذقنه – وربما شاربيه - ويغسل وجهه ويرتدي ثيابه فالشيء التالي الذي يريده هو الفطور. وما أن يتناول بعض لقيمات حتى يتمنى لو أن زوجته حضّرت له شيئاً آخر أكثر ملاءمة لذوقه المميز، والزوجة بدورها تتمنى لو عندها فضيات وصحون وآنية أفضل.

وهكذا، يوماً بعد يوم يتمنون هذا وذاك إلى أن يعجز أي شيء عن إرضائهم وتفقد الصلات ما بينهم حميميتها بل ويفقدون السعادة أيضاً. وبسبب الإستياء الذي يشعرون به ينقلبون على أقرب الناس إليهم. فالزوجة تتذمر وتحتج على الزوج، والزوج يزعق بالأولاد، والأولاد يتمردون ويقعون في مشاكل مع رفاق السوء. الفكرة هي الآتي: ليس من الخطأ امتلاك الأشياء، لكن الخطأ هو أن نسمح للممتلكات بامتلاكنا، وعلى من يطلب السعادة أن لا يكون شديد الولع، كثير التعلقات.

جنتي هي في داخلي وعندما أبتهج بمنظر جميل أو بلقاء أصدقاء أعزاء فإن جنتي الداخلية تضاعف استمتاعي بذلك المنظر أو برؤية أولئك الأصحاب. وبدون تلك القناعة الذاتية ينقلب حتى الفردوس الأرضي إلى جحيم لا يطاق.

إن الإدراك بأن كل قوى التفكير والكلام والشعور والفعل تأتي من الله، وأنه معنا على الدوام، يلهمنا ويرشدنا، يجلب تحرراً فورياً من العصبية والحيرة والإرتباك. ومع هذا الإدراك تبزغ ومضات من الفرح الإلهي.

أحياناً تجتاح إشراقة روحية عميقة الكيانَ بأسره، فتقصي مفهوم الخوف وتلاشيه.

وكأمواج المحيط، تأتي القوة الإلهية بزخم كبير، فتمر بالقلب وتغسله بسيل مبارك جبار، فتزيل منه كل العقبات والعوائق من شكوك وعصبية ومخاوف.

عندما نلامس الحضور الإلهي يتبدد الوهم بأننا مجرد أجسام مادية، وهذا يمكننا تحقيقه بالتفكير الروحي العميق والمركز والتأمل على الله والتماس عونه لفتح بصائرنا.

عندئذ ندرك أن الجسد هو مجرد فقاعة صغيرة من الطاقة في بحر الله الكوني.

***

عنما تعصف بالشخص رياح التجارب النفسية العاتية أو تنتابه مخاوف قوية فيجب أن يحاول الخلود للنوم.

إن استطاع ذلك سيجد لدى الإستيقاظ أن التوتر النفسي قد زال، وأن المخاوف قد أرخت قبضتها، لأن النفس عند دخولها حالة النوم ترتفع مؤقتاً إلى ما فوق المشاكل المرتبطة أصلاً بالتعلق بالجسد واختباراته.

وهناك حالة أعظم وهي ملامسة الوعي السامي بالتأمل الواعي العميق. يجب أن نعقد العزم على أن لا شيء سيزعزع سلامنا أو يسلبنا راحتنا النفسية.

عندما يحقق الفكر ذاته بشكل كامل مع ظروف الحياة فلن يقدر على الإحساس بطبيعة النفس الروحية السعيدة. ولكن عندما نعمل وفي نفس الوقت نتذكر صلتنا الوثيقة بالله وأن نوره يحيط بنا وسلامه يسكن داخلنا فلن تؤثر بنا الأحداث ولن تعكر سلامنا الظروف غير الملائمة.

***

يجب أن يراقب الإنسان دوافعه. الشخص الشره الفجعان يتناول الطعام وكذلك الشخص الروحي الطباع المنضبط الميول. فهل يجوز القول أن تناول الطعام خطيئة لأنه غالباً ما يقترن بالشره؟

الخطيئة تكمن في الفكر.. في الدوافع. المبطان النهم يأكل ليشبع نهمه، والروحاني يأكل للإحتفاظ بجسمه معافىً، وهناك فرق كبير بين الإثنين.

للتمييز بين الخطأ والصواب، يجب أن يستبطن المرء دوافعه ويسأل نفسه عما إذا كان ما سيقوم به خطأ أم صواب. لا بد أن نكون مخلصين كل الإخلاص مع أنفسنا.

عندما يكون الشخص صادقاً مع ذاته فمن المستبعد جداً أن يرتكب خطأً، وحتى إن فعل فسيتمكن من تصحيح مساره بسرعة. يجب أن نستلهم الضمير فيما نفعله لأن الضمير هو القوة التمييزية في باطن الإنسان.

***

مهما كانت أعمالنا والتزاماتنا كثيرة، يجب ألا ننسى تحرير أفكارنا بين الحين والآخر بشكل كامل من الهموم ومن كافة المشاغل والشواغل الأخرى.

حاول أن لا تفكر أفكاراً سلبية لدقيقة واحدة في المرة الواحدة، مركـّزاً على السلام الداخلي، وخاصة إن كنت قلقاً وتشعر بوطأة الهم.

بعد ذلك مدد الفترة لعدة دقائق، مستذكرا بعض الأحداث والمناسبات السعيدة.

قم باستعادة بعض الذكريات الحلوة التي تركت أثراً طيباً في نفسك وحاول أن تعيشها مجدداً بكل تفاصيلها وستجد تدريجياً أنك نسيت همومك وتبددت مخاوفك.

بناء البيئة الداخلية

إن أراد الإنسان بناء بيئة داخلية صحية فلا بد من ممارسة فترات من الصمت وعدم المزح كل الوقت، وأن يكون سعيداً، منشرحاً، بشوشاً.

الكلام العقيم يبدد الإحساسات السامية، وهو كالرصاص الذي تستنفد قواه في التحدث بأمور تافهة لا فائدة منها، مما يتسبب بإضاعة ذخيرة نفسية حية وقيّمة.

الوعي كوعاء الحليب، فعندما يُملأ بسلام التأمل والأفكار والأحاسيس الراقية فينبغي الإحتفاظ به ملآناً. الهزل والثرثرة الببغاوية هما تسلية زائفة تحدث ثقوباً في جوانب وعاء الوعي بحيث يتسرب منه حليب السلام النفسي ويُفقد.

هذا لا يعني أن يكون الإنسان متزمتاً جاداً ومتحفظاً فوق اللزوم، بل المقصود هو الإبتعاد عن الهزء والتهكم والسخرية والكلام غير المنطقي والذي لا يُعتد به.

لا زلت أذكر التدريب الرائع الذي حصلت عليه من العظماء. فعندما كنا نهذي ونثرثر كانوا يقولون لنا:

"عودوا إلى حصونكم الداخلية ولا تنحروا ذواتكم بدم بارد، بحيث تفقدون مدركاتكم الروحية ويهرب منكم سلامكم دون رجعة."

لم يكن من السهل لنا فهم ذلك آنذاك لكنني أفهم الآن طريقة السلام التي لقنوها لنا.

إيداعات السلام

إن قام شخص باستمرار بتحرير شيكات دون إيداع أي مبلغ من المال في حسابه المصرفي فسينفد ماله ويفرغ رصيده.

وبالمثل، إن لم يضع على أساس منتظم ودائع من السلام في حساب حياته فسيتضاءل رصيده من القوة والهدوء والسعادة ويتلاشى.. وسيصاب أخيراً بالإفلاس العاطفي والعقلي والجسدي والروحي. التأمل على الله وملامسة حضوره المبارك يعززان مخزوننا الذاتي ويزودانا مجدداً بكل العناصر الحيوية اللازمة.

***

بدلاً من أن نعيش في الحاضر فقط، نحاول العيش في الماضي وفي المستقبل في نفس الوقت، وهذا من شأنه تسليط أعباء ثقيلة على العقل ترهقه وتحد من قدرته على التعامل بفعالية مع الأمور. لهذا السبب يتعين علينا تخفيف الحِمل الفكري. الماضي مضى إلى غير رجعة فلماذا حمله في العقل؟

لندع العقل يتعامل مع أعبائه واحداً واحداً وليس دفعة واحدة. طائر التم يأكل فقط المحتوى الصلب من السائل الذي يغترفه بمنقاره، وبالمثل يجب أن نحتفظ في الذهن فقط بالدروس التي استفدناها من الماضي وأن ننسى التفاصيل غير الضرورية.

وهذا سيريح العقل إلى حد كبير. إن متعة الإنسان العصري تكمن في مضاعفة ما لديه والحصول على المزيد، بغض النظر عن حرمان الآخرين ومعاناتهم.

ولكن أليس من الأفضل أن يعيش الإنسان ببساطة، دون كماليات زائدة وبقدر أقل من التلهف والقلق؟ لا متعة في الإندفاع المحموم لدرجة عدم التمتع بالموجود.

سيأتي يوم يستيقظ فيه الناس من الغفلة الروحية ويبدؤون بالترفع عن الشعور بالحاجة إلى أشياء مادية كثيرة. وسيأتي يوم يكتشف فيه الناس أن الحياة البسيطة تعني المزيد من الأمن ومن السلام والراحة النفسية.

إن اكتساب قلوب الناس بقوة المحبة هو أعظم انتصار يمكن لأي شخص أن يحققه في الحياة.

تلك كانت أروع إنجازات العظماء الذين عاشوا وماتوا في سبيل الآخرين. أصحاب القوة المادية الجبارة الذين يعيشون من أجل أنفسهم لا غير سريعاً ما تلفهم أكفان النسيان. أما الذين يعيشون من أجل الآخرين يبقى ذكرهم خالداً على الدوام.

الأنبياء لم تكن لديهم عروش من ذهب إبان إقامتهم الأرضية، لكنهم يتربعون على عرش المحبة في قلوب الملايين. ذلك هو أفضل عرش يمكن أن يعتليه أي إنسان.

يأتي الإنسان إلى هذا العالم باكياً في الوقت الذي يبتهج الجميع بقدومه. ويجب أن يعمل ويخدم إبان فسحة العمر الممنوحة له بحيث عندما يحين وقت مغادرته هذا العالم يرتحل باسماً في حين يبكيه العالم.

لقد خلق الله هذه الدنيا علّ الإنسان يستخدم ذكاءه من أجل بلوغ المعرفة الروحية وإدراك الذات الإلهية. الفكر قوة كبرى وينبغي توجيه تلك القوة في المسار الصحيح بما يعود بالنفع على نفس الإنسان والآخرين.

لو لم يمنحنا الله الحب بغرس حبه في قلوبنا لما تمكنا من معرفة الحب البشري على الإطلاق.

وما دام الله كريماً معنا ومحباً للغاية فينبغي أن يكون قصدنا وغاية بحثنا. لا يريد أن يفرض نفسه علينا ولكن لا سعادة يمكن تحقيقها دون التفكير به والتواصل معه.

الطريقة الغامضة التي يعمل بها الجسم والعقل الذي ميّزنا به الله عن سائر المخلوقات.. وكل أعجوبة ومعجزة أخرى في الحياة يجب أن تكون حافزاً كافياً لجعلنا نعتزم البحث عنه والعثور عليه. من يحاول ذلك بصدق وإخلاص سيفلح في مسعاه وسيحصل على مبتغاه.

عندما شرعتُ على هذا الطريق كانت حياتي في بادئ الأمر مشوشة وغير منتظمة، لكن بالمحاولة المتكررة والعمل المتواصل أخذتْ الغيوم تنقشع والأمور تتجلى بكيفية مدهشة. وكل ما حصل لي كان برهاناً قاطعاً على وجود الله وإمكانية التواصل معه والتعرف عليه في هذه الحياة.

***

يا للطمأنينة ويا للراحة النفسية والسكينة الباطنية التي يحصل عليها المريد لدى عثوره على الله. ستصبح الدنيا عندئذ مشرقة باسمة وسيكون كل شيء على ما يرام، ولن يقوى شيء على إلقاء الخوف في القلب.

هكذا يجب أن نواجه التحديات ونخوض معركة الحياة بجرأة وبسالة تليق بأبناء الحياة والنور.

***

عندما نشعر أنه يتعين علينا القيام بأشياء كثيرة في نفس الوقت نـُصاب بإحباط كبير.

وبدلاً من القلق حول ما ينبغي القيام به، من الأفضل القول:

"هذه الساعة من الوقت هي لي حصراً، وسأفعل خلالها ما بوسعي دون أن أسمح لوطأة الضغط بأن تقهرني."

لا يمكن للساعة أن "تتك" 24 ساعة في دقيقة واحدة، وبالمثل لا يمكنك في ساعة واحدة القيام بما يتطلب عمله 24 ساعة.

يجب أن نبذل مجهوداً كافياً لعمل ما يتوجب علينا عمله في اللحظة الراهنة وأن نفعل ذلك براحة ودون توتر، وسيتولى المستقبل أمره بنفسه.

استمتع باللحظة الآنية وحاول أن تتناغم مع اهتزازات السلام.

كلما فعلت ذلك كلما شعرت بوجود قوة مباركة في داخلك تعمل لصالحك وتثري حياتك وتسعدك.

التعامل مع الخوف والقلق

يتيقظ القلق في القلب نتيجة الإحساس بالألم. وهكذا نرى أن الخوف يتوقف على بعض اختبارات سابقة. ربما يكون الشخص قد سقط في الماضي وكسر رجله، وهكذا فإنه يرهب تكرار نفس الإختبار.

التركيز الدائم على مثل تلك الإختبارات الأليمة يشل الإرادة والأعصاب مما قد يؤدي إلى السقوط وكسر الساق ثانية! علاوة على ذلك عندما يصبح القلب مشلولاً بالخوف تنخفض حيوية

الجسم إلى أدنى مستوى لها مما يسمح لجراثيم المرض بغزو الجسم وإلحاق الضرر به.

بالكاد يوجد شخص واحد لا يخشى المرض. لقد أ ُعطيَ الخوف للإنسان كأداة احترازية لتجنيبه الألم، ولم يكن الغرض منه تضخيمه والتفكير الدائم به.

الإنهماك المتواصل بالخوف يعرقل جهودنا لتفادي المصاعب وحل المشكلات التي تواجهنا. الخوف الحذِر يقوم على الحكمة، كالتفكير على سبيل المثال أن نوعاً من الطعام لا يناسب الصحة بالرغم من الرغبة في تناوله. الخوف من المرض يجسّد المرض. الناس يجلبون المرض إلى أنفسهم لمجرد التفكير به. إن كنت دائم الخوف من الإصابة بالزكام ستكون أكثر عرضة له مهما فعلت لتلافيه.

لا تشلّ إرادتك وأعصابك بالخوف. عندما يلازمك القلق ضد إرادتك فإنك تساعد على خلق نفس التجربة التي تتخوف منها. وليس من الحكمة أيضا الإختلاط – أكثر من اللازم – مع الذين يتحدثون عن أمراضهم وضعفهم على الدوام. فالتركيز على هذه الأمور قد يساعد على غرس بذور الخوف في عقلك.

الذين يخشون الإصابة من السل الرئوي أو السرطان أو أمراض القلب يجب عليهم أن يطردوا هذا الخوف من أفكارهم لئلا يجلب لهم تلك الحالات غير المرغوبة.

أما بالنسبة للمرضى والعجزة فيحتاجون إلى بيئة سارة رضية قدر الإمكان، بين أناس من ذوي الطبائع القوية الإيجابية بغية تشجيعهم ورفع معنوياتهم من خلال الأفكار والمشاعر الإيجابية.

للفكر قوة عظيمة. العاملون في المستشفيات نادراً ما يمرضون بفضل ثقتهم بأنفسهم، بل أن أفكارهم القوية تجدد نشاطهم وتمدهم بمعين متواصل من الحيوية.

أنشودة الأشواق

بشوق عظيم أرفعُ إليكَ أناشيدَ قلبي
وأضع أمامك كل كنوزي الروحية.
لقد استجمعتُ لك شهد الحب العارم والولاء الدائم
في خلايا وجداني؛ فكل ما هو لي هو أيضا لك.

يا رب، كنتُ ظامئا في صحراء الآمال الزائفة والأماني العقيمة.
والآن شربت وارتويت من ينابيع حبك وسلامك
ولم يعد بي من عطش للرغبات الأرضية.
أحس بنسماتك المعطرة المباركة تنساب نحوي فأنتعش
وتتألق شموع سعادتي بوهج غبطتك.
كدت أموت من الظمأ والإعياء
وسط سراب الواحات الأرضية المخادعة
والآن تغمرني الأمواج السعيدة لروحك المبارك.
أريد أن أغرق في بحرك القدسي وأحيا للأبد بك!
لغة الزهور
الله هو الفنان الأعظم
وجماله المطلق يظهر في جمال الزهور.
ما أروع أن نفكر به كلما رأينا الزهور والورود!
الله غير منظور
ومع ذلك فهو يتحدث إلينا
من خلال الزهور
وآلاف الكائنات الأخرى اللطيفة المحببة
وينفحنا بأريجه السماوي.
إنه يؤكد لنا وجوده يومياً من خلال مخلوقاته.
لقد خـُلقت الزهور لغرض ما..
فهي تخدم الجميع بجمالها خدمة متواضعة
وتحدثنا عن روائع الله أكثر من أي شيء آخر.
فكل زهرة تحكي حكايتها الممتعة عن الحضور الإلهي.
لقد استُخدمت الزهور على مدى قرون
لا للزينة فقط، بل لتظهر عبير الله وجماله
ويمكننا أن نتحسس وجود الله من خلال الزهور والورود
لأن كل زهرة هي هيكل إلهي به نعاين مظهراً من مظاهر الله
الجميل الذي يحب الجمال.
{تأملوا زنابق الحقل.. ولا سليمان في كل مجده
كان يلبس كواحدة منها..}

الهموم: ماهيتها ومعالجتها

الهموم لا تجدي نفعاً .. فهي تثقل قلوبنا بهموم أخرى.

عندما تغادر أو تنهي عملك اليومي، انسه. لا تحمله في فكرك وتأخذه معك إلى البيت.

الهموم تشكل طبقة كثيفة من الغيوم الكالحة الربداء حول الفكر فيتعثرـ صاحبه لأنه لا يرى طريقه بوضوح وسهولة. يجب أن نتعلم الإعتماد أكثر فأكثر على الله. هذا علمٌ قائم بذاته وقانون إلهي ثابت لا يتغير ولا يتبدل. فمن يعمل ما بوسعه ويطلب في نفس الوقت العون الإلهي تنزاح من أمامه العقبات ويخف زخم الصعاب ويفتح الله في وجهه الأبواب {من توكل على الله كفاه} و {ألقِ على الرب همك وهو يدبّر}.

اعلموا - زادكم الله علماً - أن هناك دوماً مخرجاً من مصاعب العيش وهموم الحياة. فإن تريثنا وتروينا قليلاً، وفكـّرنا ملياً بالتخلص من سبب القلق بدلاً من الانهماك به سيفتح الله علينا ويدلنا على مسالك لم تخطر على بالنا.

كثيرون يأتون إليّ للتحدث عن همومهم فأطلب منهم كي يهدّئوا من روعهم ويتأملوا ملتمسين العون الإلهي، وأن لا يفكروا بطرق أخرى لحل مشاكلهم إلاّ بعد الشعور بالطمأنينة والسكينة الروحية.

عندما يكون الفكر هادئاً ويحل السلام الإلهي على النفس ويتعزز الإيمان، ستبزغ الحلول للمشكلات بزوغ الشمس من وراء الجبال.

إن تجاهُل المشكلات لا يضمن التخلص منها، ولا القلق بسببها يأتي بنتائج إيجابية.

تأمّل حتى تشعر بالهدوء ثم فكرـ بعد ذلك بمشكلتك وصلّ بحرارة لله كي يمنحك عونه. ركّز على المشكلة عندئذٍ وستجد حلاً لها دون هموم أو جهود مضنية.

الدعاء الحار والعميق سيأتي دوماً باستجابة من الله. ولكن إن لم يُرفع الدعاء بحرارة وصدق فمن البديهي أنه لن تحصل استجابة.

كل واحد يدرك أنه في وقت ما تحققت إحدى رغباته بفضل الصلاة.

عندما تتحول الأمنية إلى لهفة فإنها تمس قلب الله ويحقق المطلوب.

وعندما يريد الله شيئاً تستجيب الطبيعة بأسرها لإرادته.

يستجيب الله عندما نتوجه إليه قلباً وروحاً بإيمان عميق وتصميم راسخ.

أحياناً يستجيب من خلال وضع فكرة معينة في رأس شخص ما من شأنه أن يعمل على تحقيق رغبتك أو الوفاء بحاجتك.

مثل ذلك الإنسان يخدم كوسيلة بين يدي الله لتحقيق الرغبة المطلوبة.

الناس لا يعرفون الكيفية التي تعمل بها هذه القوة الجبارة.

إنها تعمل بطريقة حسابية غاية في الدقة، لا تسمح بوجود "لو" أو "لولا"

وهذا هو المقصود من "الإيقان بأمور لا تُرى"

و {يَرْزُقْهُ مِنْ حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ}

من أناشيد الروح

الأشجار تتنهد

والريح تمرح

والشمس تبتسم

والنهر يجري..

وتعلو وجنات السماء

مشحات وردية حمراء

والأرض تبدّل رداءها الأسود

المرصع بماس النجوم

لتلبس في النهار

حلة ذهبية تبهر الأنظار

والطبيعة تزيّن وتزخرف ذاتها

بألوان الفصول المتعاقبة المبهجة

والساقية ذات الخرير

تحاول أبداً أن تتحدث

بأصوات تشوبها لعثمة

عن الفكر المتواري

والمنبثق من أعماق الروح
والطيور تصدح
وتحاول أن تبوح
بأمور مجهولة
تعتمل في صدورها.
لكن الإنسان
قادر على التحدث والتبيان
بعبارات صريحة واضحة
عن ذاك الذي عجز الكل
عن الإفصاح عنه..
عن سيد الأكوان
الحاضر في كل مكان.

الإرتقاء بالوعي

تتشكل بيئتنا الداخلية النفسية من خلال تفاعلنا مع بيئتنا الخارجية منذ بواكير العمر.

وهذه البيئة الداخلية والعادات الفكرية، إضافة إلى الرغبات والميول المشكّلة من حيوات سابقة توجّه في معظم الأحيان أعمالنا وتصرفاتنا بكيفية آلية.

أما بخصوص التجديد الفكري، أو الإرتقاء بالوعي من الجسد إلى الروح والحقائق الروحية، ففي بداية الحياة تستمتع النفس بإظهار ذاتها والإعراب عن رغباتها من خلال الجسد، ونتيجة لذلك تصبح أسيرة الجسد.

يجب أن نتدرب على العيش في مستوىً أرقى من المستوى الجسداني. التطور العقلي هو وثيق الصلة بالنمو الجسدي أو المادي. ولذلك نجد – طبقاً للنشوء الطبيعي – أن النفس تمر بمراحل متعددة وصولاً إلى مستوى الإدراك الروحي، مما يفسّر تحقيق النجاح المادي أولاً ثم العقلي.

التحصيلات العقلية نافعة ولا شك، إذ بواسطتها ومن خلالها نتعلم تحويل المتطلبات الجسدية إلى أمانٍ روحية.

منعطف خطير

المشاكل التي يواجهها العالم اليوم لم يخلقها الله. بل هي نتيجة لسنين طويلة من التفكير الخاطئ والأفعال المغلوطة للبشرية ككل. وما يزرعه البشر لا بد أن يحصدوه.

لقد وصل الإنسان إلى منعطف خطير ويقف على مفترق طرق، وبإمكانه إما التدمير بوسائل الحرب التي ابتكرها أو التوجّه إلى أسلوب أرقى للعيش وجلبْ الله إلى حياته من خلال اتباع القيم الأدبية والأخلاقية والروحية التي نادى بها الأنبياء والحكماء، والخيار خيارنا جميعاً.

لقد حان الوقت كي يحدد الإنسان موقفه ويقرر الدرب الذي يتعين عليه أن يسلكه: إما نحو الفوضى والدمار أو نحو المُثل العالمية العليا التي نادت بها الأديان السماوية لتجنيب النفوس والعالم المعاناة والويلات.

فإن لعب الإنسان دوره كما ينبغي له أن يلعبه، واستلهم قوانين الخير والمحبة والأخلاق الفاضلة فلا بد أن تزول الغمة وتتبدد الظلمة.

ليس من منطق ولا مبرر للأحداث المؤلمة التي يشهدها العالم ولا للعنف الذي لا معنى له الذي يحدث في كل البلدان. أما السبب من وراء كل هذا فلأن الإنسان قد ابتعد كثيراً عن خالقه وفقد صلته الفعلية به.

الناس لا يرون مبرراً منطقياً لعدم التنفيس عن مشاعرهم السلبية المريرة وصبّ جام غضبهم على الآخرين، ويظنون أن الطريقة الوحيدة لحل المشاكل هي السلاح وإزهاق الأرواح.

لكن الله وأنبياءه وعظماءه يريدون للناس أن يعيشوا بوئام مع بعضهم وأن يتعاونوا على البر والتقوى.

***

إن ذاتك الحقيقية لها جذور كونية. وتلك الجذور تستمد قواها من المصدر الكوني الذي هو الله منبع كل القوى في الوجود. أما الذات الصغيرة أو "الأنا" المقيدة فهي ليست سوى جزء متناهي الصغر لما يمكن استخراجه من الداخل وإبرازه على أرض الواقع.

ذاتك الجوهرية تحتوي على إمكانيات لا متناهية بانتظار تفعيلها والإستفادة والإفادة منها.

إن كل المعلمين العظماء يصرحون بأن داخل الجسم تكمن النفس الخالدة والتي هي قبس من نور الله الذي يملأ الوجود ويعيل كل ما في الخليقة.

***

هل تعرفون كيف يمضي الناس حياتهم؟ قليل منا يعرف الطريقة الصحيحة للعيش، وكيف يمكننا الإستفادة من الحياة إن نحن استثمرناها بحكمة واقتصاد.

قبل كل شيء يجب أن نراعي الإقتصاد في الوقت. فالزمن يمضي وينصرم قبل أن نستيقظ، وهذا هو السبب في عدم تقدير قيمة الوقت الممنوح لنا من الله.

ما أكثر الوقت الذي يُصرف في اللاشيء! وقلائل هم الذين يتوقفون ويفكرون ليعرفوا ما يمكن للحياة أن تقدّمه لنا. معظم الناس لا يتعمقون في التفكير على الإطلاق، بل يمضون حياتهم في الأكل والنوم والتسليات، ثم يغادرون هذا العالم دون فائدة تذكر.

من الأهمية بمكان التمييز بين الحاجيات والرغبات.
الإحتياجات الفعلية هي قليلة جداً، لكن الرغبات قد تفوق الحصر. وللعثور على الحرية والسعادة النفسية يجب أن نتعامل مع احتياجاتنا فقط وأن نكفّ عن الهرولة وراء رغبات لا تنتهي وعن تعقّب سعادة دنيوية مخادعة كسراب الصحاري الذي لا ينقع الغلة ولا يروي الظمأ.

كلما اعتمد الإنسان على ظروف خارج نفسه للحصول على السعادة كلما ابتعد أشواطاً وأشواط عن تذوق السعادة. إن تنمية وتغذية الرغبة في الكماليات هو طريق أكيد لمضاعفة التعاسة والاستعباد للممتلكات.

يجب أن نختزل احتياجاتنا ونصرف وقتنا في البحث عن السعادة الحقيقية أو الغبطة الروحية.

النفس لا تتغير أبداً وهي الجوهر الخالد الكامن خلف ستارة الوعي البشري المحدود الذي يعج بشتى صور الآلام والإخفاقات والموت.

يجب أن نرفع الحجاب الوهمي للتقلب والتغيّر وأن نترسّخ في طبيعتنا الخالدة. ويجب أن نؤسس وعينا على صخر الثبات

والهدوء الباطني الذي هو عرش السلام الإلهي الذي يفوق الأفهام، وسنتذوق عندئذٍ سلسبيل الغبطة المتدفق من ينابيع الروح المباركة ليل نهار.

السعادة يمكن بلوغها بضبط النفس وتنمية عادات العيش البسيط والتفكير الراقي، وبالإقتصاد في إنفاق المال، حتى لو كنا نكسب أكثر مما نحتاجه للوفاء بمتطلباتنا الضرورية. كما يتعين علينا مد يد العون للآخرين ومساعدتهم على مساعدة أنفسهم.

هناك قانون غير مُعلن يقضي بأن من يساعد الغير لتحقيق الرخاء والسعادة سيأتيه العون من حيث لا يحتسب، وسيزداد رخاءً وسعادة. هذا قانون ثابت لا يتغير وهنيئاً لمن يعمل به لأنه سيكون من السعداء. أليس من الأفضل أن نحيا ببساطة ونكون أغنياء بالروح؟

{نُورٌ عَلَى نُورٍ يَهْدِي اللَّهُ لِنُورِهِ مَنْ يَشَاءُ}

{والنور يضيء في الظلمة}

***

خلف كل ضوء في مصباح كهربائي صغير يوجد تيار قوي، وتحت كل موجة صغيرة يكمن المحيط الكبير الذي أصبح الأمواج العديدة.

وهذا ينطبق أيضاً على البشر. لقد خلق الله البشر ومنحهم حرية الإختيار والإرادة. لكن البشر ينسون المصدر والقوى التي أودعها الله في نفوسهم.

لا حد للإمكانيات الموجودة في هذا العالم.. ولا حد للتقدم الذي يمكن للإنسان أن يحرزه والآفاق التي يمكن أن يبلغها.

***

عندما نبدأ بفهم الإنسان بكامل كيانه وكينونته، ندرك أنه ليس كائناً مادياً.

ففي داخله تكمن قوىً عديدة يستخدم إمكاناتها بدرجات متفاوتة لكي يتأقلم مع ظروف هذا العالم. وإمكانيات تلك القوى أعظم بما لا يقاس مما يعتقد الشخص العادي.

مناهل وارتشافات: واحة الحب المقدَّس

سأنهل الحيوية

من فوارة أشعة الشمس الذهبية.

سأرتشف السلام
من ينابيع الليالي الفضية القمراء.
سأجرع قوَّتك
من كأس الريح الجبَّارة.
سأحتسي وعيك سروراً وغبطة
من أقداح أفكاري الدقيقة العميقة.
في نورك المغبوط
سأظلُّ مستيقظاً للأبد
ناظراً وجهك المبارك والكلي الوجود
بعينين يقظتين عبر حِقب الأبدية المديدة.
لقد فتشت عن محبة الله
في تربة العاطفة البشرية القاحلة
إلى أن عثرت في النهاية
على واحة الحب المقدَّس
التي لا ينضب مَعينها.
ساعدني يا رب كي أطلب إرثي السماوي
وكي أحيا حياة الخالدين.
أيها الودود الأقدس!
حتى ولو كانت ظلمة جهلي قديمة قدم الدَّهر
دعني مع ذلك أدرك
أنَّه بإطلالة فجر نورك
ستتبدَّد الظلمة بلمح البصر
كما لو لم تكن.

الغضب وتأثيره على الصحة

مع أن الإنسان العادي لا يمتلك تذكّراً واعياً لاختبارات روحه لكنه جزء من الكل الكوني وعليه أن يشحن حياته بين الحين والآخر بتيارات الحياة المنعشة الصادرة عن الواحد الأحد ينبوع الحياة والحب والحق الذي لا يتغير ولا يتجزأ.

وإذ يقدّس المريد مبدأ الحق بفكره وكلامه وأفعاله فإنه ينسجم مع الخليقة والخالق. وكل من يقابل ذلك الإنسان الروحي المتطور ينتعش روحياً بسبب اهتزازاته الروحية التوافقية، وهذا الإنتعاش يكون بدرجات متفاوتة.

ذلك المريد متحرر من الإزدواجيات المؤلمة والنسبيات المتناقضة، وهو مؤهلٌ في نهاية المطاف لدخول الملجأ الأخير: الحق المطلق.

إن انعدام الغضب هو أسرع طريقة للسلام النفسي. الغضب سببه إحباط الرغبات، ومن ليس لديه رغبات هو شخص متحرر من الغضب.

إن الذي لا يتوقع شيئاً من الآخرين ويتوجه لله من أجل نيل مبتغاه وتحقيق مشتهاه لا يشعر بالغيظ أو الحنق نحو إخوته البشر ولا يكسر خاطرهم. (تبسمك في وجه أخيك صدقة) و (اذهب أولاً اصطلح مع أخيك).

الحكيم قانع بمعرفته اليقينية بأن الله هو مدير ومدبّر العوالم بأسرها، ولا يفكر بأن الأمور تحدث جزافاً، لذلك فهو متحرر من الغضب والكراهية المتأصلة والمشاعر العدائية.

هذا العالم هو عالم النسبية، والحكماء يوافقون أنفسهم مع الإرادة الإلهية ويكيّفون أعمالهم بحسب الظروف. قد يظهرون أحياناً ضروباً من السخط الجريء أو العنيف إذا كان ذلك يردع فاعلي الشر عن إلحاق الأذى بالأبرياء. لكن الحكماء لا يراودهم الإحساس بالكراهية نحو أي إنسان مهما تعاظم جهله وكثرت تجاوزاته.

صاحب المعرفة الذاتية قد يهتاج حنقاً لفترة طويلة أو قصيرة لكنه لا يلبث أن يعود إلى أريحيته ورزانته المعتادة.

غضب الشخص العادي لا يمكن أن يزول بقوة الإرادة وعلى الفور، أما القلب النقي للإنسان المتحرر من الرغبات الدنيوية فلا يشعر بالغضب ولا يظهره.

الغضب هو العيب الأكثر شيوعاً بين الناس، وهو معكّر السلام في العائلات وبين الأمم.

من يستشيط غضباً يكرهه أهل بيته، ونوبات الغضب المتواصلة لها تأثير سيء على صحة الإنسان وغالباً ما تؤدي إلى العنف. وإذ يستسلم الناس للغضب استسلاماً أعمى فإن عدداً كبيراً منهم يقترف الجرائم أو يذهب إلى السجن أو يُحكم عليه بالإعدام.

وعملاً بمبدأ حب البقاء، على جميع الناس أن يتعلموا التبصّر في الأمور والتأمل في العواقب والسيطرة على الغضب.

{والكاظمين الغيظ والعافين عن الناس والله يحب المحسنين}

بلوغ الإتزان العقلي

[إن نسبيات الحياة (الولادة والموت واللذة والألم) يتغلب عليها أولئك الذين ينظرون إلى هذا العالم بعين الإتزان العقلي. حقاً أن هؤلاء راسخون في الروح الإلهي الكامل الإتزان.]

Bhagavad-Gita 4:9

تفسير وتعليق

يمكن بلوغ الإتزان العقلي بممارسة إحدى الرياضات الروحية التي تساعد على تحويل الفكر للداخل حيث يشعر اليوغي بحالة متزنة من فرح لا يتغير. وعندما يتمكن من إظهار حالته الباطنية تلك في ساعات اليقظة يصبح نقياً ومترسخاً في الروح الكوني.

يقول الحكماء أن الإنسان العادي تعتوره الشوائب نظراً لتفاعله الحسي مع ثنائيات ونسبيات الوجود من ألم ولذة وحرارة وبرودة وحياة وموت. ومن يتمكن من فصل وعيه بإرادته عن الإحساسات الدنيوية هو وحده المتحرر من ثنائيات الحواس المقلقة، وهو وحدة المستقر في الروح الإلهي ذي السكينة الأبدية.

اليوغيون الذين يشعرون بالغبطة المقدسة في حالات الوعي الباطني والواعي والسامي هم أنقياء وعلى تواصل مع الروح الكوني.

الإنسان غير المنضبط يرقب الصور المتحركة لهذا العالم ويركب أمواج الفرح والحزن أو القنوط أو الغضب أو تبلّد الإحساس أو اللامبالاة في بحر وعيه دون القدرة على رؤية قمر الروح المنعكس في ذلك البحر.

وعندما تهدأ أمواج الوعي المتلاطمة يبصر الحكيم في المحيط الباطني الهادئ صورة القمر المقدس دون تشويه.

التفكير السلبي عدو

عندما ينبغي لك أن تقهر شيئاً ما فيجب أن تعرف السبب من التغلب على ذلك الشيء. يجب ألاّ تهجر ذلك الشيء وتبتعد عنه وحسب، بل ينبغي التخلص من التفكير به وطرده من الأفكار ذات الصلة. التفكير السلبي عدو لدود يتعين قهره.

إن غيّرت مجرى أفكارك من الوعي الحسي إلى الوعي الروحي فستكتب لك الغلبة وتجلب لنفسك السعادة. الإنجازات تكمن في العقل.

يجب ألا يصبح الإنسان ضحية لعدم الإعتدال. تمتع بالأشياء ولكن لا تسمح لها بأن تستعبدك. كن متحررا. كن لطيفاً ودوداً ومستبشراً فرِحاً، وكن سيد نفسك تحت كل الظروف.

إن القيام بما يحلو للإنسان عمله هو ليس حرية، بل إساءة لاستخدام الحرية.

الحرية تأتي باتباع قانون سيادة الذات أي ضبط النفس.

الحرية الحقيقية معناها عمل كل شيء بوحي الحكمة.

الحرية ضئيلة وضحلة بدون التوافق مع الله ونواميسه.

إن حياة معظم الناس محكومة بالرغبات والأهواء والطباع والعادات والمؤثرات البيئية والإجتماعية.

عندما تبتدئ العادات الجسدية بالسيطرة على الفكر يصبح من العسير على الجسد تنفيذ أوامر الإرادة. العادة الصالحة هي أعظم صديق لك، والعادة السيئة هي عدو في ثوب صديق. فليحذر الإنسان إذاً من تكرار عادة أو فعل ما لأن التكرار يحوّل الفعل إلى عادة قبل أن يدرك الشخص ذلك، والعادة تصبح طبيعة ثانية، إنما يمكن تغييرها بالأفعال الطيبة المتواصلة والتفكير الإيجابي الخلاق.

حررنا من الجهل وآثاره
أنت منبع الخيرات ومصدر كل القوى.
باركنا يا رب كي نظهر نعمك علينا
في صحتنا
في طموحاتنا الفكرية
وفي تطلعاتنا الروحية.
أنت الألق في النجوم.
والطاقة في الذرات

والإدراك في عمق الذات.
ساعدنا كي نشحن أنفسنا
بقوّتك العظمى
بحكمتك اللامتناهية
وبأصالتك التي لا حد لها.
دعنا ندرك أنك ينبوع الصحة
ومحيط الحياة
ومنبع كل فهم.
حررنا من الجهل وآثاره
ومن الألم والمعاناة
وليجرف طوفان حكمتك
كل حطام وبوار من حياتنا.
مزّق الحجب التي تواري وجهك عنا.
دعنا نبصرك نوراً شديد السطوع
كشموس لا حصر لها في أفق كياننا.
دعنا نشعر بحضورك كقوة دائمة التجدد
تلهم تفكيرنا
وتغذي أرواحنا
وتعيل أجسامنا.
لا شيء سواك يرضينا ويحقق آمالنا.
نطلب هدايتك في كل ما نفعله.
وإن راودتنا أفكار خاطئة
فلنسمع همسك المبارك الذي يعيدنا
إلى جادة الصواب.
بارك حياتنا بقواك الإبداعية
وبحبوحتك الأبدية
يا أكرم الكرماء
وينبوع كل عطاء.
***

من يرغب في الحصول على مدركات روحية يتعين عليه العمل لبلوغ تلك الحالات، لا من أجل مكاسب أنانية بل لإلهام الآخرين بمثال حياته.

إن الذين ينجزون واجباتهم بكيفية تساعد على تطوير حياتهم على نحو متوازن يعملون كأبواب مباركة ومشرّعة يدخلها ويعبر من خلالها التائهون المحبطون إلى آفاق الطمأنينة والسعادة والنجاح.

هؤلاء الأشخاص هم على تناغم مع طبيعتهم العليا ولا يعملون لإرضاء أهوائهم بل للوفاء بمتطلبات الحق والتطور والإمتثال للإرادة الإلهية.

إنهم نسّاك حقيقيون حتى وإن كانوا يعيشون في قصور ويمتلكون الملايين لأنهم يهجرون الأطماع الشخصية من أجل مرضاة الله ومساعدة الآخرين.

يجب أن يعمل الإنسان ويبذل ما بوسعه لاجتياز امتحانات الحياة والتغلب على صعوبات العيش سواء كان في مجاهل الغابات أو وسط أدغال المدنية العصرية..

فالغابات فيها حيوانات مفترسة وأدغال المدنية تعج بوحوش المخاوف

والإغراءات والشهوات العاتية وعلى الإنسان حماية نفسه من كل الكواسر المادية والمعنوية كي يتمكن من السير على دروب الحياة الكريمة بحرية وفرح وتحرر من الخوف.

عندما يعثر الإنسان على مملكة السعادة الروحية الدائمة في ذاته سيجدها في كل مكان سواء في أعماق السكون أو ضوضاء النشاط، وسيسمع الصوت الإلهي هامساً له في كهف التأمل ومجالات العمل على حد سواء.

قصة الفيلسوف والنوتي

يحكى أن فيلسوفاً متبحراً في الفلسفة والمنطق، كان ينوي الانتقال من إحدى ضفتي النهر إلى الضفة الأخرى، فنادى نوتياً كان يملك قارباً صغيرا يستعمله لنقل الناس عبر النهر.

استقل الفيلسوف القارب وراح النوتي يجدّف به مقاوماً تيار الماء القوي. بعد مسافة قصيرة سأل فيلسوف الزمان النوتي قائلا: يا نوتي: هل حفظت الجزء الأول من مبادئ الفلسفة ؟

أجابه النوتي: لا يا سيدي لم أحفظه.

فقال له الفيلسوف: يؤسفني إذاً أن أخبرك بأنك ضيّعت 25 بالمائة من عمرك دون فائدة تذكر.

ابتلع النوتي هذه الإهانة وتابع التجديف. وعندما بلغا منتصف النهر، فتح الفيلسوف فمه اللاسع ثانية وقال:

يا نوتي: هل حفظت الجزء الثاني من مبادئ الفلسفة؟

أجابه النوتي: يا سيدي، لا أعرف شيئا عن كتاب مبادئ الفلسفة هذا.

فأطلق الفيلسوف تصريحا جديداً قائلا: يا خسارة! يؤسفني أن أعلمك أنك ضيّعت 50% من حياتك في اللاشيء. امتعض النوتي لهذه الوقاحة لكنه لم يقل شيئاً بل واصل التجديف بأكثر من معنى، لاعناً الساعة التي قابل فيها هذا الفيلسوف الفضولي. وعندما بلغ القارب ثلاثة أرباع النهر، وجّه إليه الفيلسوف سؤالاً ثالثاً، قال:

يا نوتي: هل حفظت الجزء الثالث من مبادئ الفلسفة؟

أجابه النوتي المسكين بصبر نافد: قلت لك يا سيدي أنني لا أعرف شيئا عن الفلسفة.

هنا ابتسم الفيلسوف ابتسامة (الاهتمام والمواساة) قائلا: للأسف الشديد فقد ضيّعت بذلك 75% من عمرك وتلك خسارة لا تعوّض.

لم يجب النوتي على هذا التعليق بل أسرع في التجديف على أمل بلوغ الضفة المقابلة والتخلص من تلك اللزقة الزنخة. وفجأة أبرقت السماء وراحت ترعد وتسكب المطر مدرارا بزخات مدارية في غاية القوة ، فحدثت عاصفة شديدة وتقاذفت القارب في كل اتجاه.

إذ ذاك جاء دور النوتي كي يوجه للفيلسوف سؤالا، فقال له:

سيدي الفيلسوف، منذ انطلقنا في رحلتنا هذه وأنت تمطرني بوابل من الأسئلة، الواحد تلو الآخر، فهل لي أن أسألك سؤالاً واحدا فقط لا غير؟

أجابه الفيلسوف: نعم يمكنك ذلك. فقال النوتي:

يا حضرة الفيلسوف المتبحر في الفلسفة والحافظ لكتبها عن ظهر قلب، هل تجيد السباحة؟

أجاب الفيلسوف بصوت متهدج: لا يا طويل العمر، لا أعرف السباحة.

فابتسم النوتي وقال له: إذاً خاطرنا عندك والبقية في حياتنا، ويعز عليّ أن أخبرك أنه بعد لحظات من الآن ستصبح حياتك مائة بالمائة في خبر كان!

في تلك اللحظة لطمت موجة عاتية القارب فقلبته رأساً على عقب مما أدى إلى إرسال فيلسوف الدهر إلى قاع النهر، في حين استنجد صديقنا النوتي بذراعيه القويتين وبخبرته الطويلة في مجال السباحة وراح يقاوم الموج بثقة وطمأنينة حتى وصل إلى الضفة الأخرى سالماً.

كالذهب المطمور تحت الأوحال

منذ بدء الخليقة وقوى الخير تقاوم قوى الشر. يجب أن نتذكر أن الحسد والغضب والجشع، وما إلى ذلك ليست من خلقنا، بل أُعطيت لنا منذ البداية، ومن المعاناة من هذه الشرور تستيقظ الحكمة وتحاول العثور على الطريق وسط هذه الآلام.

الطريق الوحيد للعثور على الحكمة هو بالإختبار، لأننا بالتجربة الذاتية ندرك أن الشر هو ما يعكر صفونا ويسبب لنا الضيق والمعاناة والألم، ولهذا السبب يجب أن نعمل على تلافيه والتخلص منه.

في كل مرة تحل السكينة عليك بعد مناكفة واستفزاز وتصمم على الإحتفاظ بلطفك وهدوئك، يأتي الشيطان ليقول: "إنك مفترىً عليك، فلماذا لا تقول شيئاً قبيحا أو جارحاً بالمثل؟"

لا تسمح للشيطان بأن يكون الرابح في لعبة شد الحبل بين الخير والشر.

الصوت الأقدس يهمس لنا على الدوام، لكن للحصول على العون الإلهي يجب أن نحسن الإصغاء لصوت السماء.

ما من مرة يحاول الشيطان اجتذابنا إليه إلا ويحاول الله استمالتنا نحوه. والسؤال هو: لمن سنسمع ولمن سنذعن؟

لا يمكن لأحد أن يبسط سيطرته علينا أو يؤثر بنا دون رضانا، لأننا نمتلك القرار وحرية الإختيار التي وهبها الله لنا، لكن الخداع الإبليسي موجود دوماً وعلينا مقاومته.

قوى الخير تأتي بالحلول لمشكلاتنا، وقوى الشر تحاول خلق التعقيدات والمشاكل. الخير معناه التحرر من كل الرغبات الأنانية التي تقصي الآخر لصالح الأنا.

قوة الله عظيمة وجبروته فوق كل اقتدار، ومن خلال حبه يحاول جذبنا إليه وتخليصنا من براثن الضد. الإنسان واقف في الوسط: الملائكة عن يمينه وقوى الشر عن يساره..

في كل مرة يقوم بعمل طيب يجذبه الله نحوه، وكل مرة يرتكب فعلاً قبيحاً يسحبه الشيطان ناحيته. لكن لا قدرة للشيطان على الإحتفاظ بالإنسان للأبد لأنه مخلوق على صورة الله.

كلما شعر الشخص بالكراهية في قلبه فليتذكر أن الشيطان يحاول تدميره، وعندما يشعر بالحب فليعلم أن الله يناديه إليه.

هناك نماذج شريرة ونماذج خيّرة. الله يظهر نماذجه أو أنماطه كي يجذبنا إليه، والشيطان أيضاً يعرض بضاعته لنفس الغاية. وما أروع رجل الله الذي راح ينشد عندما تأمل تلك المعروضات:

"الحياة حلوة، والموت حلم.. والصحة حلوة والمرض حلم، عندما يتردد لحنك القدسي في حنايا روحي يا إلهي."

الشر والخطيئة ليسا من طبيعتنا، بل هما مستوردان من الخارج ومغروسان في النفس.

والخير كالذهب المطمور تحت الأوحال، الذي لا يفقد جوهره، بل يتألق بصفائه الطبيعي حال إزالة الطين عنه. وبالمثل فإن الخير في نفس الإنسان هو دائم.. ومهما تلطخ ذهب النفس بأوحال الجهل الكثيفة والمتصلبة، ما علينا إلا حكّ تلك الأوحال بسكين الحكمة أو غسلها بمياه المعرفة لإظهار الرونق الجميل للذهب الأصيل.

تفعيل الطاقات الروحية
يجب إيقاظ النفس
من أحلام الضعف والوهن
وابتعاث العقل في آفاق الحكمة
بالتأمل والتمرين والإسترخاء
وضبط النفس والتغذية الصحيحة
والثبات والقوة النفسية التي لا تقهر.

لا تعترفْ بالهزيمة
لأن الإعتراف بها هزيمة أكبر.
لديك قوىً غير محدودة
وينبغي تفعيل تلك القوى
هذا كل ما في الأمر!
التفكير الجاد والمعمق
هو الطريقة للتحرر من القيود
ومن الكثير من المشاكل.
يجب أن يتشرب الوعي بالله
وبالمدركات الروحية العليا.
المصاعب قد تكون كثيرة
والأعباء ثقيلة
لكن عدو الإنسان نفسه
أي ذاته الصغيرة أو "الأنا – الإيغو"
النفس الحقيقية خالدة
في حين التجارب والمشاكل مؤقتة ومتغيرة.
الإنسان بجوهره روح
والجوهر الروحي ثابت لا يطرأ عليه تغيير.
باستطاعتك إطلاق طاقاتٍ وقوى هائلة
والتغلب على المحن والبلايا
وكل ما يعترض سبيلك من عقبات وعراقيل.
***
الفكر قوة كالكهرباء
والحالات النفسية
تعود إلى الفكر وطريقة التفكير.
الكهرباء نافعة وضارة في آن
فمن يحسن التصرف بها
يضعها في خدمته
وإلا فقد تصعقه.
وكذلك الفكر أيضاً
إن تم توجيهه في مسارات صحيحة
يجلب لصاحبه السعادة

وبخلاف ذلك يجلب له المتاعب.
الفكر كالحصان الجامح
ومع ذلك ليس ترويضه بالأمر المستحيل
والتفكير الإيجابي هو أحد طرق التحكم بالفكر.
الفكر السليم صديق حميم
والفكر السقيم عدو مقيم.
الفكر السليم يجذب السلام والسلامة
والفكر السقيم يطلق سهاماً فتاكة
فترتد على صاحبها مضاعفة
ولذا قيل الجزاء من نوع العمل.
وما دام المرء يبعث بنوايا الخير
ستتحول أفكاره إلى مشاعل
تنير حجرات النفس
وتطرد أكداس الظلام
فيشعر إذ ذاك براحة عميقة
وتشع عيناه بابتسامة الرضى!
التوافق مع الآخرين
لا يعني موافقتهم على كل شيء
أو تضحية المُثل من أجلهم
لأن هذا الأسلوب من التوافق غير مستحب
ولا ينسجم مع الحق.
فالمصلحون والعظماء لم يتوافقوا
مع كثيرين من الناس من حولهم
ومع ذلك احتفظوا بمَثلهم الأعلى
لأنهم أدركوا أن ما كانوا يقومون به
كان عين الصواب.
يجب عدم المساومة على مبدأ
وعدم اللجوء إلى نوايا مبيتة لتحقيق غرض ما
لأن ذلك لا يليق بالمبدئيين.
من يستطع العيش بكيفية ترضي الله
ولا تلحق الأذى بالغير فلا خوف عليه.
أولاً وقبل كل شيء يجب التوافق مع الله

ثم مع الضمير ومن بعدها مع الناس.
أما إن لم يُرضِ هذا النهج الآخرين
فيكفي أن يكون المرء مرتاحاً في داخله
ويشعر بطمأنينة ذاتية تغنيه عن رضى الناس.
إن قوة النفس ورغبتها
في التوجّه إلى الله
تدعى مغناطيسية روحية
وبهذه المغناطيسية
تجذب النفس لذاتها بركات
واهتزازات رفيعة
وكل التجارب البشرية الطيبة
التي تذكـّرها بالخير والصلاح.
المغناطيسية الروحية
هي القوة التي بواسطتها
يجذب ويجلب الشخص إلى نفسه
أصدقاء طيبين
وأشياء ضرورية وهامة
ومعرفة بديهية للأمور.
وهذه القوة مستمدة
من قوة الله المغناطيسية الجاذبة.
شمعة السلام
خذ وعاء عقلي واملأه بسلامك.
خذ قارورة مشاعري واملأها برحمتك.
خذ سلة روحي الفارغة واملأها بثمار حكمتك.
اسكب مياه محبتك في روحي علني أصبها في أكؤس عطاش الروح.
اهدم جدران الأنا واغمرني بحضورك الكلي.
إن شعاع فجر المحبة ليطل من فتحات قلبي فيذكرني بنور شمس حبك
المنتشر في سماء حياتي.
لقد أشرق سطوع حبك الباهر على نفسي فاستنارت وملأ نورك فضاء روحي.

أنت الحياة التي تعيل جسدي والعقل الذي يلهم أفكاري والحكمة التي تبدد جهلي.
إنني أضيء شمعة حبي النحيلة لأقرأ الكتاب الذهبي المحفوظ في داخلي منذ القِدم.
حبك كان ولم يزل شمعة السلام غير المنظورة التي تبدد الظلمة وتريني رسائلك
المدونة على صفحات القلوب.
مشارف اللانهاية
بعد البحث المتوالي عنك
والتجوال المتواصل في غابات أسرارك العجيبة
بلغت أخيراً مشارف اللانهاية.
بثقة ودأب دعوت إسمك القدوس..
وفجأة فـُتح باب حضورك.
هناك.. في وسطه
وعلى عرش الرؤى المجيدة أبصرتك.
لم يكن مسمعي متناغما
مع صوتك المبدع الخلاق
وبشوق ولهفة انتظرتُ سماع صوتك
فتسلل إليّ سحرُ سكينتك
وبهمسات بديهية
علمتني لغة الملائكة.
وبتلعثم اللقاء الجديد
أمطرتك بأسئلتي واستفساراتي
القديمة قدم الدهر:
"لماذا يا إلهي الخطيئة والآلام؟
ولماذا الخداع والأوهام؟"
فاتخذت أشعة محرابك
شكلا من الأحرف النورانية
ناقلة إليّ أجوبتك الأصيلة والموثوقة
مانحة السلوى والعزاء.
الآن، وفي معبد سلامي الباطني
أستمتع بقربك في قلب السكون

ونتحادث بكلمات صامتة لا يُسبر غورها.
أيا إله الخفايا التي لا ُتستقصى
سأخاطبك للأبد
بكل ما في قلبي من بلاغة وفصاحة!
عندما يومض نورك في روحي
ليظهر مجدك يا رب
وليبدد نورُ حكمتك
الجهلَ والخصام والحسد
من شطآن الأرض للأبد.
حوّل ضعفنا إلى قوة
ووهننا إلى عزيمة
واشحن أجسامنا بكهرباء الحيوية
واغمر الفكر والروح بنورك الشافي.
خذ بيدنا كي لا نغرق في مياه الغفلة عنك
واملأ كياننا بمحبتك وحكمتك
ولنشعر أننا قريبون كل القرب منك
وأن شمس رحمتك
تسطع علينا على الدوام.
***
إنني أضع أزاهير أفكاري الهامسة الناضرة
في هيكل السكون..
فيشيد عطرها الصامت
ويشدو بأمجادك..
وبإشراقة نورك القدسي
أبصر جمال وجودك
وتتحقق أحلامي السعيدة.
عندما يومض نورك في روحي
تشتعل الحجب بنار الحكمة
فأبصر مجدك
ويتعاظم فرحي.
بحر الخيرات الإلهية
أيها النور الكوني

كلُّ يوم أراك ترقش السماء بألوان برَّاقة
أرقبك تكسو التربة القاحلة بالسُّندس الزمرُّدي
إنك في دفء شعاع الشمس
ومُتجلٍّ في كلِّ مكان!
ساعدني يا رب كي أبصر محيَّاك في مرآة سكينتي.
أَظْهر مملكة وجودك الرحبة، أَظْهر ذاتك!
لقِّن قلبي كي يبتهل، ونفسي كي تشعر
أنَّ كلَّ الأبواب ستشرّع ليظهر من خلالها
حضورك المبارك.
أيها المحبوب الأقدس
دعني أدرك الآن وللأبد، أنك كنت ولم تزل لي.. لي للأبد.
ها هي أحلام أخطائي قد تبدَّدت ولـُحِدت في مقبرة النسيان.
إنني متيقظ، أصطلي في وهج شمس الحياة تحت جناحيك.
إنَّ بحر الخيرات الإلهية ينساب من خلالي
وأحس بأنني الوسط الذي من خلاله تسري
كل القوى المقدَّسة الخلاَّقة.
باركني يا رب كي أبحث عنك
وأهتم بك أكثر من أي شيء آخر
مثلما يفعل محبوك.
***
هناك مطالب ومتطلبات كثيرة
يفرضها العالم علينا
ويقنعنا بأهميتها القصوى
وبعدم إمكانية العيش بدونها
أو الإستغناء عنها..
لكن المطلب الأساسي يجب أن يكون
الحصول على سلام الله
الذي لا تجف منابعه
ولا ينضب معينه
والذي يمنح لكل شيء في الحياة طعماً ومعنى.
ولنتذكر أن الله هو جوهر كياننا

وأن المحبة هي النافذة التي نرنو من خلالها
إلى وجهه الكريم.
من يرغب في الإحساس بالحضور الإلهي
ويغذي تلك الرغبة السامية فكراً وفعلاً
سيحقق الله مطلبه
ويعينه على تمزيق الحجب
التي تحول دون معاينة الأنوار المباركة.
من يعقد العزم على المضي قدماً على الطريق
لن يصده شيء
ولن يعيقه عائق
حتى يبلغ مقصده
ويحظى بمنية قلبه.
ا تسمح للغضب بالسيطرة عليك

هذه العاطفة هي أعمق مما يظهر منها على السطح، إذ قد يتمكن الشخص من التحكم بكيفية معقولة بالمظهر الخارجي للإنفعالات العنيفة ومع ذلك يبقى يحمل في داخله غضباً مكبوتاً وغيضاً متأججاً. هذا الغضب يتخذ عدة مظاهر مثل الشراسة، التململ، عدم الصبر، الإستياء، الحسد، حدة الطبع، التعاسة والمزاجية. وفي الحقيقة كل شخص تقريباً يعاني من الغضب بدرجة تتراوح بين الزيادة والنقصان.

الغضب مهما كان نوعه ينجم عن إحباط في تحقيق الرغبات. وفي غياب الفرح الروحي يتوجه الناس إلى المتعة عن طريق الرغبات الحسية.. تلك الرغبات التي تحمل أصلا في داخلها بذور الإحباط وعدم الرضاء وبالتالي الغضب الذي يدمر الأحاسيس الرقيقة والمدركات السامية.

لذلك فإن الطريقة الأكيدة للقضاء على الغضب هو بالقضاء على مسببه: الرغبة. كلما زادت مشتهيات الإنسان كلما زادت إحباطاته لأنه من المستحيل إشباع كل تلك المشتهيات، لأن الرغبة الحسية لا ترتوي ولا تنتهي. وكلما عملنا على تحقيق الرغبات أو الإختبارات الحسية كلما زاد تعلقنا بها. وكلما كان

تعلقنا قوياً كلما زاد تألمنا لحرماننا من تلك الأشياء التي تبدو لنا أنها تحقق رغباتنا.

على سبيل المثال لقد أودعت الطبيعة بنا الإحساس بالجوع بحيث نعرف متى يحتاج الجسم إلى الغذاء. لكن التعلق أو الولع يضخم ذلك الإحساس ويحوله إلى معاناة نفسية. إن كنت تحت الأكل وصمت لثلاثة أيام - سواء لأسباب صحية أو غير ذلك - فأغلب الظن أنك ستشعر بالغضب. من ناحية أخرى يتمكن اليوغي من الإستغناء عن الطعام لعدة أيام دون أن ينزعج لغياب الطعام، لأنه مارس عدم التعلق برغبات الجسد.

عندما ندرك أن الرغبات هي مصدر الغضب نرغب في معرفة الطريقة البناءة للتعامل مع تلك الرغبات. هناك عدة مقاربات لهذا الغرض:

أولا تحقيق تلك الرغبات.

إن كانت تلك الرغبات غير ضارة فلا بأس من تحقيقها وعندها ستنتهي منها. لكن المشكلة تكمن أن تحقيق تلك الرغبات يولد رغبات جديدة أو قد تصبح عادة مستحكمة ومكبلة. فكلما قدمت الغذاء للرغبات كلما ازدادت قوة. ولذلك ينبغي التدقيق والتمييز حتى عند تحقيق الرغبات التي تبدو بريئة.

ثانيا التخلص من تلك الرغبات.

من أكثر الطرق فعالية للتخلص من الرغبات هي أن تزهد بها في فكرك، وهذا يصبح أمراً طبيعياً كلما تيقظنا روحياً. فالمهتمون في الدراسات والممارسات الروحية - على سبيل المثال - يفقدون الرغبة في التدخين. التخلي عن الرغبات يأتي عندما تتيقظ النفس بما فيه الكفاية للسعي إلى تحقيق الرغبة العظمى: الغبطة الدائمة. فعندما نحس بالفرح الروحي في داخلنا تضعف الرغبة في الأمور الحسية وترخي قبضتها عن الإرادة.

بإمكاننا تحويل الرغبات القوية إلى طاقات حيوية وإبداعية عظيمة النفع. في كثير من الأحيان لا تكون الرغبة سيئة بحد ذاتها، بل الخطأ يكمن في الطريقة التي يسعى الناس إلى تحقيقها. لو عرفت كيف تبحث عن السعادة داخل نفسك لوجدت أن كل رغباتك قد تحققت دون الحاجة إلى الركض هنا وهناك.. وتجريب هذا الشيء أو ذاك لتحقيق تلك الرغبات.

يجب أن لا يؤخذ من هذا الكلام أنه ينبغي أن لا نمتلك أية رغبات. فنحن كبشر لا يمكننا إلا أن نمتلك رغبات. وما دمنا على هذا الأرض فإن الطبيعة تستحثنا للعمل. والتحدي يكمن في عدم السماح للغضب بالسيطرة علينا عندما لا تأتي نتائج أعمالنا مطابقة لتوقعاتنا.

التأمل هو الدواء الناجع للغضب أو لأية مشكلة أخرى. لأن التأمل يجعلنا على تناغم تام مع طبيعتنا الحقة المتحررة من السلبيات على اختلافها، بما فيها الغضب. إن غبطة الله وسلامه كامنان في نفوسنا، وعندما نتأمل بالطرق الصحيحة نتوصل إلى تلك الغبطة وذلك السلام فيتبدد الغضب تلقائياً نتيجة لذلك. وكما أن كتلة الرمل لا يمكنها أن تصمد في وجه الأمواج القوية، هكذا يعجز الشخص الذي لا يملك سلاماً راسخاً في ذاته على الصمود أمام العواصف الفكرية العاتية.

لكن قطعة الألماس تحافظ على طبيعتها الجوهرية مهما لطمتها الأمواج من كل جانب.. وبالمثل فإن صاحب النفس الصافية كالبلور النقي يبقى متألقا حتى وإن عصفت حوله المصاعب وهزته رياح التجارب هزاً عنيفاً.

لماذا رفض أرفع المناصب؟

قصة ذات مغزى

كما رواها المعلم برمهنسا

الترجمة: محمود عباس مسعود

في سالف الأزمان عاش بعض الرجال الصالحين في صومعة هادئة على كتف وادٍ متاخم للغابة، حيث نفحات السلام دائمة التضوع والحب الأخوي السمة المميزة لتلك الخلوة المباركة.

كان إخوان الصفا أولئك يقتاتون بالثمار الطازجة التي تجود بها الأشجار ويستعملون أكفهم المضمومة لغرف وشرب الماء الحي المشعشع والمتدفق من الينابيع الجبلية الثرة الصافية.

أعينهم كانت تلمع وتبرق كوميض الألماس بابتسامات سماوية ملؤها القناعة والرضا، وقد استوطن الفرح قلوبهم فغمرها بالعزاء الدائم.

مع كل ذلك شعر أحد هؤلاء المباركين أنه قد شبع من السعادة الروحية واشتاق لتذوق طعم المجد الدنيوي ولو إلى حين. تملكته رغبة في أن يصبح مَلِكاً ليوم واحد فقط فودّع إخوته وهام على باب الله بحثاً عن سعادة ملكية.

وفي طريقه ابتهل لله من كل قلبه قائلا: "يا رب يا كريم. يا من تسمع الدعاء وتحقق الرجاء، أسألك أن توجه خطاي إلى قصر أستمتع فيه ليوم واحد بالسعادة التي يتمتع بها الملوك."

وما أن أكمل ابتهاله حتى وقعت عيناه على صرح مهيب فقال بينه وبين نفسه: "يا ساعة الرحمن! ها قد حقق الله حلمي وها هي السعادة المنشودة على وشك أن تصبح في متناولي." وسارع الخطى قاصداً ذلك البناء الفخم.

لم يوقفه حرّاس فدخل من البوابة الرئيسية دون عائق، وراح يتجول في أرجاء الحدائق الغناء المرصعة بأندى وأبهج الورود والرياحين دون أن يبصر شخصاً واحد.

بعد ذلك انتقل إلى قاعة الطعام الملكية فوجد الموائد عامرة بأشهى الطعام في انتظار قدومه. ومع ذلك فلم يبصر خادماً واحداً في المكان. فقال بينه وبين نفسه: "ما أكرمك يا رب! فقد جسّدت من أجلي هذا القصر الرائع وهذا الطعام

الطيب الذي يليق بالملوك. هكذا تمنيت عليك فما عتـّمتَ أن حققت حلمي يا أكرم الكرماء."

وإذ اقتنع بأن الرحمن الرحيم أكرمه بتحقيق أمنية قلبه راح يتأمل الأطايب التي في انتظاره موقناً في قرارة نفسه أن الله سبحانه أنعم عليه أخيراً بسعادة ملكية طال انتظاره لها. وقبل تناول الغداء ذهب إلى البانيو الملكي فاستحم ولبس ثياباً حريرية فاخرة ثم جلس إلى أم الموائد وراح يتناول ما لذ له وطاب من محتوياتها التي في منتهى اللذة.

في تلك اللحظة دخل الخدم الذين كانوا يقامرون في أحد أركان القصر، وبثورة وهيجان عارمين استنطقوه قائلين: "من أنت يا هذا لتأكل طعام سيدنا الملك الذي ذهب في رحلة صيد ونتوقع قدومه في أية لحظة؟"

هنا ظن صاحبنا أن الله سبحانه يمتحنه فقال لهم بنغمة عذبة: "أنا صديق الملك الأعظم، وقد حضرت إلى هنا بناء على طلبه الكريم لأستمتع بسعادة ملكية ليوم واحد."

وإذ لاحظ الخدم هدوءه غير العادي وثقته بنفسه اعتبروه بالفعل ضيفاً على الملك فتركوه يكمل غداءه الملكي. بعد ذلك أخذوه إلى حجرة النوم كي يأخذ قسطاً من الراحة، غير عالمين أن "الملك الأعظم" الذي ذكره لم يكن مليكهم الدنيوي الذي كان في رحلة صيد، بل ما عناه هو السيد الرب.

بعد مضي ساعتين تقريباً حضر المنادي على جناح السرعة ليخبر الخدم أن صاحب الجلالة تأخر قليلاً وسيحضر بعد ساعة ويأمرهم بأن يكون الطعام الطازج الشهي في انتظاره.

فتساءل الخدم: "ألم يرسل صاحب الجلالة ضيفاً ليستمتع بطعامه وينام في فراشه؟"

وعلى الفور أدرك مبعوث الملك أن أحد الدراويش المتسكعين حضر إلى القصر دون دعوة فالتهم طعام الملك وهو الآن يشخر في سريره. وإذ تملكه الغيظ لتلك الوقاحة غير

المعهودة طلب من الخدم أن يحضروا العصي ليكسّروها على الشحاذ الدرويش.

غني عن القول أن صاحبنا الطيب الذكر أفاق من الأحلام الملكية على وقع العصي التي كانت تنهال عليه من كل حدب وصوب دون رحمة أو شفقة. ولكن مع إمعان الخدم بضربه وشتمه كان يغرق في الضحك مما أثار حفيظتهم فواصلوا ضربهم له حتى أغمي عليه فسحبوه إلى خارج بوابات القصر فاقد الوعي.

تأخر صديقنا الدرويش في العودة إلى إخوته فراحوا يبحثون عنه حتى وجدوه غائباً عن الوعي وملقى خارج تخوم القصر فحملوه وعادوا به إلى صومعتهم الهادئة. وبينما كان أحد الأخوة يضع الحليب في فمه سأله ليعرف ما إن كان قد استرد وعيه: "هل تعرف من الذي يسقيك الحليب؟" فأجاب: "نعم أعرف. إن الإله الذي أوسعني ضرباً لرغبتي في التمتع بسعادة ملكية ليوم واحد هو نفسه الذي يسقيني الحليب الآن."

شكر باقي الإخوة الله على سلامة أخيهم وأعجبوا بإيمانه القوي بالله الذي لم يتزعزع، بخلاف الذين يعبدون الله أيام العز والرخاء ويجحدونه في وقت الضيق والبلاء."

في غضون ذلك عاد صاحب الجلالة إلى قصره الفخم وطلب الطعام الذي أمر بتحضيره. تملكه الغضب لبرهة قصيرة عندما علم بقصة ذلك الشحاذ الذي تجرأ على تناول طعامه ولم يتوقف عن الضحك عندما كان الخدم يضربونه ضربات مبرحة بالعصي.

ولسبب ما تأثر الملك بتلك القصة التي لازمت أفكاره فأمر خدامه بالبحث عن ذلك المعدم الجريء وإحضاره إليه، فانطلقوا يفتشون عنه في كل اتجاه دون جدوى. وأثناء عودتهم اليائسة إلى القصر مروا بالقرب من صومعة الدرويش فسمعوا ضحكة مجلجلة أدركوا على الفور أنها ضحكته ليس غيرها، فترجلوا

ودخلوا الصومعة عنوة واختطفوا ذلك الرجل الطيب وساروا به ليضعوه أمام حاكمهم.

وعندما تواجه الملك والدرويش راح درويشنا يقهقه أكثر من الأول كما لو أنه كان عاجزاً عن احتواء غبطته داخل أسوار قلبه. وبالرغم من الطلب المتواصل للملك كي يخبره عن سبب ضحكه رفض الدرويش الإجابة حتى تحت التهديد بالعقاب الصارم.

بعدها لجأ الملك إلى التودد والاسترضاء بدافع الفضول وعرض عليه عرشه إن هو أخبره عن سبب ضحكه أثناء ضرب الخدم له.

عندئذ تكلم الدرويش قائلا:

"إسمع ما سأقوله لك واستوعبه جيداً. لقد ضربني الله ضرباً مبرحاً لاشتهائي السعادة الملكية الواهمة ليوم واحد فقط لا غير. ضحكت وأضحك لأنني (زمطت بجلدي) وأدركت أنني إن كنت استوجبت كل هذا العقاب لتمتعي بمباهج ملكية لبعض ساعات فما بالك بمن لا هم له في الدنيا سوى المتع والملذات، لا سيما الملكية منها! ولعل في ذلك درساً وموعظة لك يا ملك الزمان لأن قانون الكارما بالمرصاد ونصيبك على الطريق.

أما بخصوص عرشك الذي عرضته عليّ فجوابي هو: كثر خيرك. احتفظ به لنفسك فأنا لست بحاجة له لأنني سعيد في الله وقانع في حياتي ولا حاجة بي إلى ما يكدّر فرحي ويعكر عليّ صفوي."

والسلام عليكم

مأثورات ووجدانيات روحية

الكلمات التالية هي لشري دايا ماتا عن المعلم برمهنسا يوغانندا:

لا زلت أذكر لقائي الأول مع معلمي المحبوب. لقد امتلك ذلك القلب الرحب المليء بالمحبة بحيث كان كل من قابله

يشعر أنه صديقه الحميم كما لو كان يعرفه منذ زمن بعيد. لم يكن من الصعب أن تفتح له قلبك من أول لحظة. لقد امتلك المعلم الخالد القدرة على إظهار الجوهر الروحي والحقيقي لنفسه. فعلاً أنه كان تجسداً حياً للمحبة والصداقة ونوايا الخير والأماني الطيبة.

والآن إلى المأثورات والوجدانيات:

ستتوقف الحروب عندما تتجذر بذور المحبة الأخوية في قلوب الناس.

*

أعمال الإنسان الحاضرة ستقرر إما سلامه وسعادته أو شقاءه وتعاسته في المستقبل، إذ لا يمكن مخادعة قانون السبب والنتيجة بالرغم من تجاهله أو تناسيه.

*

الراحة المادية هي جزء صغير فقط من النجاح الحقيقي الذي لا ينبغي تحصيله عن طريق إلحاق الضرر بالآخرين.

*

إن أعظم إنسان هو المتواضع الذي يعتبر نفسه أقل من الجميع. القائد الحقيقي هو الذي يصغي للآخرين ويشعر بأنه خادم الكل ولا يتكبّر على أحد.

*

عندما يطل أحدهم بابتسامة مشرقة تتبدد الظلمة. مثل أولئك الأشخاص ينشرون أشعة الفرح التي تنير القلب وتبهج الخاطر.

حاولوا أن تتذكروا وأن تركزوا على كل الأشياء الجميلة في حياتكم.

الحياة تغفو في الأرض الخشنة، وتحلم بالجمال في الزهور، وتستيقظ بقوة في الحيوانات، وتمتلك وعياً بإمكانات لامتناهية في الإنسان.

الحب هو أغنية الروح تصدح وتشدو بها لله.

كل يوم وكل دقيقة وكل ساعة هي نافذة يمكنكم من خلالها معاينة الأبدية. الحياة قصيرة ومع ذلك هي مستمرة ولا نهاية لها. الروح خالدة، وفي الفصل القصير لهذه الحياة البشرية يجب أن تجنوا ما يمكنكم جنيه من محصول الأبدية.

أصمم في هذا اليوم على ألا أسمح لنفسي بالسقوط ثانية في مستنقع القنوط ولن أتحسّر على آمال لم تتحقق أو على إخفاقات في تحقيق أحلام غير عملية. وبدلاً من السماح لنفسي بالبقاء مقيداً ومحدوداً، سأعمل بوحي الحكمة مدركاً بأن هذا التوجه الرشيد سيقودني تلقائياً إلى السعادة التي أبحث عنها.

*

يا رب، في دفء الشمس الغامر أشعر بحضورك، وفي ملاطفة النسيم البارد أحس بنسمات حياتك المنعشة. أشكرك يا رب لأنك تتذكرني حتى ولو نسيتك وإنني ممتن غاية الإمتنان لنعمك التي لا تنقطع. باركني كي أعيش بتذكر دائم لك.

*

إنني أعلم يا رب أن هناك أشياء كثيرة في هذا العالم تبدو فظة، فظيعة، وقبيحة لكن الجانب الآخر من الخليقة الذي تظهره عين الحكمة الباطنية هو غاية في الملاحة والحسن والجمال.. ولذلك سأحاول دوماً أن أنظر بعين الحكمة علني أبصر خلف نواقص هذا العالم وشوائبه جمالك الفائق المتسيد على عرش كل جمال.

الطبيعة التوافقية في كلمات:

الإنضباط الذاتي. محبة الآخر. الرفق بالحيوان. محبة المزايا الطيبة. محبة السكينة والهدوء. محبة العظماء. العطف على الفقراء والمحتاجين ومساعدتهم. الصدق. أداء الواجب حباً بالواجب واحتراماً له. محبة الصلاح و الإصلاح. التمتع بالحس الأدبي وعمل ما ينبغي عمله. احترام الذات. الإحتشام. الرقة. الوفاء. النخوة. الصبر. التسامح. ترسّم خطى النفوس العظيمة والعقول النيرة. الصراحة. اللياقة. اللطف البساطة والوضوح. الإتزان. الأحاسيس الروحية. القناعة. محبة النظافة الجسدية والنقاء الفكري. التواضع والبعد عن الغرور. حب الخير. الإنصاف. حفظ الجميل لأصحابه. احترام المقدسات. MAM 6.23

*

خلف ظلال هذه الحياة يكمن نور الله المدهش العجيب، والكون بأسره معبد فسيح الأرجاء لحضوره المبارك.

*

عندما نفكر بالله تفكيراً جاداً معمقاً.. ونحبه محبة فائقة.. ونثق به ثقة مطلقة.. تنفتح أمامنا أبواب لا حصر لها. وعندما نبصر نوره ونلامس حضوره لا تستطيع كل أحداث الحياة المريعة المرعبة أن تسلبنا السلام والطمأنينة اللذين نشعر بهما بالقرب من الله.

*

في الحياة وفي الموت، وفي المرض والمجاعة، أو الفاقة والشقاء، وفي تقلبات العالم واضطرابه وهيجانه أعتصم بك يا رب على الدوام.

*

الميزة الاستثنائية لروح المبادرة هي تلك التي تميز الإنسان في العالم وتجعله متألقاً كالشعلة المتوهجة.. العظماء هم الذين يحبون العطاء وتشجيع الآخرين وغرس الثقة في نفوسهم.

*

إن الأعاجيب المدهشة التي نبصرها في هذا الكون توحي لنا بوجود الله؛ فحضوره متجلٍ في كل ركن من أركان الخليقة بأسرها التي هي نتاج عقله الكلي.

*

الشخص المنحدر من تلة لا يجد أية مقاومة، ولكن حالما يرغب بالصعود إلى أعلى يقابَل بمقاومة كبيرة. وبالمثل، فإن الشخص المنزلق نحو هوة الشر لا يشعر بمقاومة إلا عندما يحاول عكس اتجاهه وتسلق تلة الفضيلة.

*

تزداد سعادة المرء بمواصلة بذل المجهود في تحسين ذاته، ومع ازدياد سعادته تزداد سعادة الآخرين من حوله.

*

تذكّر أن الشك، والوهن العقلي، والهموم، والفتور، والملل، والخوف، والقلق، والخجل، والكسل الجسدي والخمول الفكري، والإفراط في أي شيء، والعيش غير المنضبط، وقلة الاهتمام، والافتقار للقدرة الخلاقة هي عوامل سلبية مثبطة تجعل من المستحيل للطاقة الكونية أن [تنجذب] إلى الإنسان [لتشحن جسمه وعقله بقوة الحياة]؛ في حين أن الرغبة في العمل [البنّاء]، ومساعدة الآخرين، والطموح الروحي الخلاق، والهدوء، والشجاعة، والموقف النفسي الصامد الذي لا يُقهر، والتسامح، والصبر والسلام.. كلها قنوات يمكن للطاقة الكونية أن تنساب من خلالها وتساعدك [في التعامل مع ظروف الحياة].

*

اعتبر أحد الزائرين أن التفكير بالله أمر غير منطقي فأجابه المعلم برمهنسا:

"العالم يوافقك الرأي ولكن هل هذا العالم جنة النعيم؟ الفرح الحقيقي ليس من نصيب تاركي الله لأن الله هو الفرح الأعظم ذاته ومتعبدوه يعيشون في مرفأ من السلام الباطني على هذه الأرض في حين يصرف الذين يتناسونه أيامهم ولياليهم في جهنم من صنع أيديهم تحرقهم نيران الخوف وخيبة الأمل ولذلك فإن التفكير بالله والتقرب منه هو عين الصواب وروح المنطق."

*

الإنسان هو أسمى مخلوقات الله وموهوب بالعقل والقدرة على التفكير، لذلك ينبغي ألاّ يبدد وقته سدىً. لقد وهب الله

الإنسان الإرادة وأيضاً الحرية وحرية الإختيار لعله يتخلى عن كل المطامح الدنيوية ويحب الله الذي امتنّ عليه بتلك الهبات.

*

في القلب مغناطيس يستقطب أصدقاء طيبين أوفياء.. إنه مغناطيس الإيثار والكرم.

*

قلوبنا هي الحبات والحب الإلهي هو الخيط الذي ينتظمها ويبقيها قريبة من بعضها في إكليل من الوحدة والانسجام.

*

لنشكر الله الذي وضعنا على هذه الأرض التي هي بيتنا الكبير، ولنعش بفرح ووئام وتوافق مع إرادته بحيث يصبح بيتنا كما يريده لنا.

*

ابتعد عن الحشود المتدافعة واكتشف ما لديك من قوىً وإمكانات. لا تدع همتك تفتر ولا تلقِ بالاً لآراء العالم السلبية. سر على دربك بخطىً ثابتة موقناً بأن قوة الله اللامتناهية معك، تعضدك وتسدد خطاك.

ذوو البصائر النيّرة يجمعون ورود وزهور الحقيقة من بساتين المعرفة ويعملون على تنوير النفوس وتجميلها بالمزايا النبيلة الراقية التي تؤهلها لدخول فردوس الحكمة الكلية.

*

يجب ألا نكره الآخرين لأنهم يختلفون عنا، أو لأن آراءهم تختلف عن آرائنا. ويجب ألا نصرّ على أن قناعاتنا الذاتية هي الأصوب، بل من الأفضل أن نجلس معاً ونناقش آراءنا بأذهان منفتحة واحترام متبادل، واضعين في الاعتبار أن الفهماء لا يتخاصمون بل يبحثون الأمور بروية وتعقل.

*

سلامة النية تشبه الألماسة الشفافة التي ينفذ منها نور الله ويشع بصفاء على حياتنا.

*

نسألك يا رب أن توقد شعلة الحب الإلهي في قلوبنا وأن تجعل نفوسنا تتشوق إليك وتلهج بك ليل نهار. امنحنا محبتك بحيث أننا في اللحظة التي نفكر فيها بك يغمر الفرح قلوبنا وتبتهج نفوسنا بحضورك.

لقد أحرقتُ الماضي الكئيب، وتجاهلت بذور التوجسات والقلق من المستقبل، ومشيت فوق الرماد المتناثر للمخاوف والهموم.

بنك سعادتك

توقّف للحظة وفكّر! أليس من الأفضل أن تحيا ببساطة وتكون غنياً بالفعل؟

إن مالَك الذي تعبت في تحصيله قد تفقده مرة واحدة فيما إذا أفلس البنك الذي تتعامل معه. لكن سعادتك الروحية المودعة في بنك عزيمتك الراسخة وإصرارك الثابت لا يمكن أن تُفقد بل ستزداد وتتضاعف قيمتها.

إنك مدير بنك سعادتك والمستثمر فيه أيضاً. وإن عرفت كيف تقوم بهذين الدورين على أكمل وجه، وكيف تضيف باستمرار إلى ودائع سعادتك، فمستحيل أن تعرف الفشل بعون الله.

*

في هدأة السكون تشرق الحقيقة على الوعي كإشراقة الشمس وسط الضباب.

*

إن فقد الإنسان الثروة لا غير فلا يفقد شيئاً حقيقياً لأنه إن كان يملك الصحة والحذق وحسن التدبير يمكنه مع ذلك أن يبقى سعيداً وأن يكسب المزيد من المال.. وإن فقد العافية يفقد

معظم السعادة. أما إن فقد هدف الحياة فإنه يفقد بذلك كل شيء جدير بالاهتمام.

*

لا أنظر لأي شخص كغريب عني وأسعد بمحبة الجميع بكل الحب الذي وضعه الله في قلبي، وليس باستطاعتي استثناء أحد من دائرة حبي.

*

عندما تتمكن من تركيز ذهنك تركيزاً تاماً يصبح شعورك قادراً على النفاذ إلى أي مكان وإدراكك مشحوناً بالطاقة.

*

يجب أن يدرب الشخص نفسه وأفراد أسرته على عدم اغتياب الآخرين أو التحدث عن عيوبهم وزلاتهم وأن يركز بدلاً من ذلك على تقويم نفسه وتصحيح أخطائه.

*

إن تنمية الحب النقي وغير المشروط بين الزوج والزوجة والوالدين وأولادهم والصديق وصديقه والذات والكل، هو الدرس الذي أتينا إلى هذه الأرض لتعلمه.

*

هناك أشخاص لا يتعلمون من الدروس المصاحبة للألم واللذة، فيعيشون حياة فيها قدر كبير من التأسف والإحباط لأنهم لا يتجنبون الأفعال التي تجلب المعاناة ولا يسيرون على الدروب الموصلة إلى السعادة. وهناك عدد قليل جداً من الأشخاص الذين يتحاشون - بعد احتراق أصابعهم بنيران الجهل - تكرار التصرفات التي تسبب التعاسة والشقاء. وهناك أفراد يستخفهم الطرب وتكبلهم الكآبة ويحتاجون إلى حالة نفسية مستقرة تتسم بالتبصر والاتزان.

*

بدون سعادة داخلية يجد الإنسان نفسه رهينة المتاعب والهموم... والسعادة - أيها الأصدقاء - لا تقتصر على النجاح والثراء وحسب، فالسعادة الحقيقية تقوم على التصدي لجميع ضروب الفشل وصعوبات ومشاكل الحياة بهمة ناجزة واستبشار بالخير.

*

الصحة الجيدة والكفاءة العقلية والعمل الملائم والحكمة.. كلها عناصر حيوية وهامة لتنمية السعادة. يجب المحافظة على جريان نهر الفرح الباطني تحت الصخور الصلبة لتجارب الحياة القاسية.

*

الحياة والموت هما مرحلتان مختلفتان من الوجود، والإنسان هو جزء من الحياة الأبدية. وعندما يهدأ باله ويصفو ذهنه يلامس جوهره الروحي غير المحدود.

*

إن استخدمت كل الوسائل الخارجية المتاحة لك إضافة إلى قدراتك الطبيعية للتغلب على كل عائق يعترض سبيلك، ستقوم بذلك بتنمية وتطوير القوى التي وهبها الله لك.

*

أيها المجير الرباني الكلي الحضور، عندما ترسل غيوم الحروب أمطاراً من الغاز والنار كن ملاذي وملجأي.

في الموت والحياة، في المرض والمجاعة، في الأوبئة والكوارث، وفي الضيق والضنك، لأعتصم بك على الدوام.

دعني أدرك بأنني روح خالد لا تمسني تقلبات الطفولة والشباب والشيخوخة وانفجارات العالم المفاجئة.

*

قم بدورك في تكوين صداقات دائمة بكونك صديقاً صادقاً.

*

في دنيا الأحلام ننسى أسماءنا وأجسادنا وجنسياتنا وممتلكاتنا ونقاط ضعفنا ونستمتع لا شعوريا بحرية عظيمة هي حرية الروح، ويجب أن ننمي دراية مشابهة إنما واعية بتلك الحرية الفطرية.

*

يجب إنجاز الواجبات الروحية بفكر مركز، والواجبات الدنيوية بانتباه جيد. ويجب الاحتفاظ بالقدمين راسختين على الأرض والرأس شامخاً فوق غيوم الجهل.. في آفاق الحكمة المشرقة.

*

نور الله وقوته الواقية يتوهجان على الدوام في داخلي ويتدفقان من خلالي، ولقد فتحتْ لمسة سلامه عين الحكمة في روحي.

الحياة التي لا تحكمها ضوابط تقود صاحبها إلى التعاسة والتضعضع النفسي، فالشخص الذي يحيا حياة خالية من أساليب وأسس التهذيب الخلقي هو شخص مليء بالقلق الفكري والهموم، أما الذي تعلم ضبط النفس والتحكم بالأهواء الجامحة فيعرف الطريق إلى السعادة الحقيقية.

*

في خلوتي الروحية تتأجج أشواقي ويحن قلبي لسماع صوت المحبوب الإلهي. سأطرد كل الأصوات الدنيوية الكثيفة المتوارية في مطاوي ذاكرتي كي أستمع للصوت الأقدس منشداً على الدوام في سكينة روحي.

*

لن تنحدر شمس محبتي أبداً إلى ما دون أفق تفكيري بك، ولن أخفض رؤية عينيّ المرفوعتين لأضعها على شيء سواك، ولن أفعل شيئاً لا يذكرني بك. الأفعال الناجمة عن الجهل والغباء تقود إلى الأحلام المريعة والكوابيس الفظيعة، لذلك دعني لا أنسج سوى الأحلام العذبة للإنجازات النبيلة لأنها من وحيك وإلهامك.

*

الحياة بدون فهم انتحار روحي ومادي، فطوبى لذوي الفهم لأن الفهم هو أعظم حاجة على الطريق الروحي وعلى دروب الحياة. الفهم هو كشاف ضوئي ينير طريق الإنسان ويجلب له النجاح. وقبل أن يتمكن المرء من تحقيق هدف الحياة السامي يجب أن يمتلك تلك الميزة الجوهرية والهامة. يجب أن يكون الفهم قوة إرشادية في كل موقف. ومهما كانت التجارب التي نمر بها صعبة يجب أن نمتلك الفهم الصحيح.

*

إن الله لا يسبب الأذى والألم لنا، بل نحن الذين نساعد أو نضرّ أنفسنا من خلال فهمنا وتفهمنا أو سوء فهمنا وعدم تفاهمنا.

*

يجب أن نبتهل لله كي نمتلك الفهم بغض النظر عن التجارب التي تعْرض لنا أو الظروف التي نمر بها. الفهم وحده هو الذي سيحمي الإنسان.

*

عندما تزداد تجاربي حدة وشدة أحاول أول ما أحاول العثور على الفهم في داخلي، فلا ألوم الظروف ولا أحاول تصحيح الآخرين بل أذهب للداخل أولاً وأحاول تنظيف حصن روحي وإزالة أي شيء من شأنه أن يحجب ذلك النور الباطني أو يعيق قوى النفس من الظهور أو يصدها عن التعبير. تلك هي طريقة العيش الناجح.

*

الهروب من المشاكل قد يبدو الحل الأسهل لكن الشخص يكتسب قوة عندما يصارع غريماً قوياً. فمن ليس لديه مصاعب لا ينمو ولا تشتد عزيمته.

*

يتلاشى الخوف عندما نمتلك الفهم ففي الفهم أمن وحماية.

*

لقد واجهتُ تجارب كثيرة جداً في الحياة، وأصعب تلك التجارب كانت مع أشخاص أساءوا الظن بي. لقد رأيت أناساً أحببتهم.. أناساً أعطيتهم قلبي يسيؤون فهمي وينقلبون ضدي. لكن ذلك لم يخلق مرارة في نفسي لأن المرارة تحجب الفهم. لا أسمح لنفسي بأن تتأذى بسبب سوء فهم الآخرين لي. بل أحاول بدلاً من ذلك مساعدتهم إن كانوا متقبلين وابعث لهم بنوايا الخير والأماني الطيبة.

*

إن فرحي الأعظم يكمن في التحدث عن روائع الله للذين يتناغمون معي ويثقون بي وأضاعف شوقهم لذلك النور الرباني الذي منحني التعزية والحريّة والأمان الذي يعصى على الوصف.

*

كل المصاعب التي تواجهك في هذه الحياة الغرض منها استنهاض همتك وحثك على بذل مجهود أكبر لتتمكن من بلوغ مستويات أرقى. نمّ قوة الإرادة بحيث تستطيع التحكم بظروفك بدلاً من أن تتحكم هي بك. ضع الخطط السليمة لحياتك بحيث تتمكن من إنجاز كل الأشياء الحسنة التي ترغب بإنجازها والتي تعلم أنه ينبغي لك القيام بها.

*

من يتعلق كثيراً بهذه الدنيا ينسى الله، ولهذا السبب نخسر كل ما نحسبه عزيزاً علينا. فالقانون الكوني يأخذ منا تلك الأشياء أو يبعدها عنا ليس لمعاقبتنا بل كامتحان لمعرفة ما إذا كنا نحب المخلوقات أكثر من الخالق.

*

ذوو الإرادات الضعيفة يقولون "نعم" على الدوام، أما النفوس الكبيرة فإنها مليئة بـ "اللاءات" الأدبية.

*

اليوم سأقوم بتفعيل قدرتي على التفكير الخلاق لإحراز النجاح في كل مسعىً يستحق الاعتبار أنوي القيام به، وأكون بذلك قد استخدمت على نحو صحيح كل القوى الممنوحة لي من الله.

*

السعادة الحقيقية ترتكز أساساً على الحالة النفسية للشخص. فالقناعة والرضا والسلام والطمأنينة هي من علامات السعادة.

*

يجب أن يعمل المرء على امتلاك الصحة الجيدة والعقل الفعّال وضرورات العيش والعمل المناسب والتمييز الحصيف والفهم الصحيح، ويجب ألا يسمح لنفسه بالإستسلام للبيئة أو للظروف غير الصحيحة.

*

غالباً ما ينسج الإنسان شرانق تقيّده ويَحبك حبالاً تربّطه، ويتعين عليه إدراك مسببات تلك القيود عله يستأصل العدوى البطيئة السريان من عقله ومن جسمه. هذا من شأنه أن يُحدث تجديداً نفسياً يمهد للسعادة ولبزوغ الإدراك الروحي على أفق حياته وإيقاظ القوى الحيوية في داخله. يجب ابتعاث الوعي من حضيض الجهل إلى ذرى الفهم والمعرفة.

*

الشخص الذي يغذي في داخله الخوف الشديد يجذب لنفسه الشيء الذي يحاول تجنبه، والخوف المتواصل يتلف حيوية الأعصاب ويجلب للجسم الأمراض. عندما تكون مليئاً بالقوة والنشاط والحياة فإن المرض يغادر الجسم هارباً.

*

النفس التي تطرب لأنشودة التفاؤل لا يروق لها سماع أصوات التشاؤم الخشنة، والفكر المتجه دوماً نحو نجم اليقظة الروحية يصبح فكراً قوياً مترسخاً، لا يعرف التذبذب والمواربة.

*

حدّقتُ متأملاً في زهرة، وعلى الفور لمحتك يا روح الأكوان. لقد كانت تتضوع عبير حضورك، وتخضبت بتلاتها بتورّد البراءة وشع ذهب حكمتك في قلبها، والساق النحيل والكُم الأخضر سندتهما قدرتك، وخفايا الحياة والخلود هجعتْ في غبار اللقاح، ولمستك اللامتناهية ألهمت النحلة فراحت ترتشف رحيق عذوبتك.

*

أطلعني على عجائب الخليقة.. على أسرارك التي لا تنتهي، والتي تختزنها أدق ليفة عشب على جانب الطريق.

*

على كل أب وكل أم امتلاك حكمة ورزانة الأبوة ورقة وحنان الأمومة، وهاتان المزيتان يجب أن تكونان متوازنتين ومتكاملتين في كل منهما.

*

سأنثر نجوم البهجة والتفاؤل لتبديد الكآبة من النفوس، وسأنشر أشعة المشاركة الوجدانية لمواساة المحزونين.

*

إننا هنا اليوم وغداً نزول كالسحاب.. مجرد ظلال في الحلم الكوني. لكن خلف هذه الصورة العابرة التي لا دوام لها يكمن الروح السرمدي ونفوسنا هي جزء لا يتجزأ منه.

*

الله هو الحقيقة الواحدة. ويجب أن نبتهل على الدوام كي لا تقوى تجارب الحياة على إعاقة تذكّرنا له. عندما أصلي على هذا النحو أحصل على نتائج أكثر من أي وقت آخر. إذ ذاك، حتى وإن حدث شيء خطير لا يقدر مع ذلك على صدّي عن التفكير به، بل أشعر أنني آمن مطمئن في حضرته القدسية.

*

الحياة هنا تبدو عقيمة ومشوشة إلى أن نبلغ شاطئ الأمان. لهذا أقول دوماً أنني هنا لكي أشهد لأهمية ومجد الحقيقة العظمى. يجب ألا نعقد الآمال على غايات دنيوية زائلة وتعلقات مادية هشة. مثل هذه الإرتباطات الواهية تبعدنا عن هدفنا الأسمى بصورة لا شعورية مثلما تبعدنا أيضاً عن ذاتنا الحقة.

*

البيئة تخلق في الناس الأوهام وتجعلهم عظماء في عيون أنفسهم وعلى الطامح الجاد أن يترفع عن ذلك الوعي البيئي الموقوت والزائل ويتعرف على الحقيقة في داخله بحيث تصبح تلك الحقيقة بيئته الطبيعية والمؤثر الوحيد في حياته.

نسأل الله أن يلهمنا الهداية والإهتداء إليه والعثور عليه قبل مفارقة هذا العالم. ومهما كانت طبيعة التجارب التي نمر بها والآلام التي نكابدها يجب ألا نفقد الأمل بأن عون الله قريب وأنه يستجيب لكل دعاء نابع من القلب، مضمخ بالأشواق ولن يتخلى عن محبيه أو يتركهم تحت رحمة الأقدار.

*

الثروة لا تمنحنا بالضرورة الصحة والطمأنينة والفعالية. ولكن عندما نحرز الكفاءة والسلام فلا بد أن نحقق نتيجة لذلك نجاحاً مادياً متوازناً.

*

في داخلك حديقة رائعة ومدهشة من الأفكار الراقية المعطرة بأريج المحبة وعبق الطيبة والفهم والسلام، زهورها أجمل بما لا يقاس من الزهور الأرضية والرياحين المادية.

*

عندما تمنح محبتك الخالصة تكون قد غرست وردة فواحة الأريج، وعبير تلك المحبة، ونفح ذلك الفهم يدومان أكثر من أية زهرة أرضية.. وتلك هي الحقيقة!

*

يجب ألا يخشى الإنسان سوى الخوف نفسه لأنه أكبر عدو للنجاح والصحة، فهو يسمم الفكر ويجلب الأشياء التي يخشاها المرء ويضاعف الآلام ويدمّر القلب ويسبب التلف للجملة العصبية والدماغ. ولذلك يجب القضاء عليه بالإيمان بالله والتفكير الإيجابي الخلاق والتفاؤل والإستبشار والثقة بالحماية الإلهية وبأن من يحب الله ويسير في نوره لا يمكن لظلمة الخوف أن تغشاه لأن الله معه ومن كان الله معه فهو بخير.

*

تحلو الأعياد وتتروحن بتبادل هدايا الروح من محبة وسلام وفرح وتسامح وأمانٍ طيبة.

*

عندما نتوجه بقلوبنا إلى الله ونناجيه بحب فائق وشوق عظيم سنجده قريباً وسريع التسامح والعطاء لأننا بذلك نلامس قلبه الكوني الحنون وحبه الإلهي غير المشروط.

*

الحياة الحقيقية هي أكثر من مجرد الأكل والعمل والنوم، لذلك سأستخدم هبة العقل للبحث عن الله والعثور عليه، وسأعمل على خلاصي من خلال خدمة إخوتي في الإنسانية.

*

لقد أتى بشر كثيرون إلى هذه الأرض وغادروها، ومع ذلك ما زلنا نعتبر أن العيش فيها حقيقي كما لو كنّا سنبقى هنا إلى الأبد. الحكيم هو من يتذكر الله على الدوام لأن التفكير المتواصل به هو الطريق إلى التحرر من هذا الحلم الأرضي للولادة والموت.

*

لقد أودع الله في داخلنا قوىً وطاقاتٍ خيّرة للتغلب على كل العقبات التي تعترضنا والتجارب التي تواجهنا، ويجب أن نعمل على إبراز تلك القوى التي لا تقهر والطاقات التي لا نضوب لها.

*

هناك أشخاص لا يتغيرون أبداً، فتتقدم بهم السن وهم على نفس العادات وطريقة التفكير. هؤلاء يمكن تسميتهم بالتحف السيكولوجية القديمة. بعض تلك التحف السيكولوجية ذات طبيعة روحية ... مثل أولئك الأشخاص يعيشون حياة مثالية مسالمة لكنهم لا يعملون على تطوير فهمهم وتوسيع نطاق أفقهم أكثر فيبقون حيث هم (مطرحك يا واقف). هؤلاء لا قدرة لهم على فهم احتياجات وتحمّس واهتمامات الجيل الناشئ. قد يكون هذا مقبولاً إلى حد ما، ولكن عندما يشجبون الجيل الجديد ويدينونه دون تبصر يصبحون متحجرين عقلياً. ومن ناحية أخرى، فإن كثيرين من النشء الحديث يقعون فريسة الأخطاء بسبب عدم احترامهم لرأي الكبار والإصغاء لمشورتهم. فهم يفكرون أن المتقدمين في السن أصبحوا موضة قديمة ولذلك لا حاجة للاستماع لهم والعمل بنصيحتهم لأن أفكارهم عتيقة الطراز وقد عفا عليها الزمن. . وباندفاعهم الشبابي لأن يصبحوا عصريين "يكسرون" ما أمكنهم من القواعد القديمة. ولكن يجب أن يتذكروا أن للكبار وزنهم وقيمتهم إذ مرت عليهم سنون وقد رأوا وتعلموا الكثير. يجب على أفراد الجيلين القديم والحديث أن يبذلوا الجهد لأن يتعلموا من بعضهم البعض لأن للتحف القديمة والجديدة مزاياها وفوائدها.

*

لا يوجد اختبار أعظم من الشعور بأن خالقنا معنا. يجب أن نتوقع حضوره ونتشوق إليه لأنه يرعانا من كل ناحية. ومهما كانت المتاعب، ومهما تعاظمت الأحزان والآلام أو الأمراض، فلنطلب المواساة والتعزية من الله ولنسأله الحكمة والسداد وسيستجيب لنا ما دمنا نثق به ونحبه ونرجو عونه.

*

الحب هو عبير الزنابق المتفتحة وكورس الورود الصامتة المحتفية بجمال الطبيعة. الحب هو أغنية الروح تنشد للحياة ورقصة الكواكب الإيقاعية المتزنة في انطلاقتها الدائمة في الفضاء السحيق. إنه ظمأ الزهور لارتشاف أشعة الشمس وتورّدها وارتوائها بإكسير الحياة. إنه شوق الأرض لتغذية الجذور العطشى بلبنها ورعاية كل صنوف الحياة بعصارة الحياة. إنه إرادة الشمس الجبارة لإبقاء كل الكائنات حية مفعمة بالنشاط، وهو دافع الحياة لتوفير الحماية والرعاية للقاصرين. إنه بسمة البراءة تستمطر الحنان الأبوي على الرضيع والإذعان التلقائي في قلوب المحبين لتقديم الخدمة والعزاء دون مقابل. إنه نبض الصداقة الذي يجبر الخواطر الكسيرة ويشفي الجراحـ إنه نداء القلوب الذي يعصى على الوصف. إنه الشاعر المترع بحب الإنسانية المتألم لشقائها. إنه دائرة الألفة بين أفراد الأسرة الواحدة دائمة التمدد والإتساع نحو مساحات أوسع ومجالات أرحب..إنه همسة الحياة في آفاق العقول المتفتحة وسماء القلوب المرصعة بنجوم المشاعر النبيلة. الحب هو نعيم الروح الذي تصبو إليه النفوس المُحبة وتحن للتوصل إليه والتواصل معه.

*

كن معنا يا رب وساعدنا على إنجاز واجباتنا والشعور بحضورك المبارك الذي ينعش القلب ويبعث في النفس الطمأنينة والأمل.

ما لم تستخدم فرامل ضبط النفس أثناء قيادة سيارة حياتك ستكون تحت رحمة المشاعر غير المنضبطة والرغبات الخطأ الصادرة عن الأنا أو "الإيغو". يجب أن تتمكن من استخدام

المكابح عند الضرورة لتجنيب نفسك التهور والانحراف عن المسار [الصحيح] والسقوط في حفرة الألم والمعاناة. Sup.24

إن إساءة استخدام الكلام هي من أشد الأسلحة فتكاً وتدميرا. هناك سبب رئيسي للعصبية وهو الكلام الجارح الخشن. يجب الإبتعاد عن النميمة أو الإنهماك في القيل والقال وتفادي المشاكسة والخصام والتخلص من النزعة العدوانية.

*

إن غضبَ الزوج أو الزوجة وأثار أحدهما حفيظة الآخر فأفضل طريقة هي أن يتمشى الآخر وأن يمتنع عن الإجابة حتى تهدأ العاصفة. وإن نطق أحدهما بكلمات موجعة فالأفضل للآخر عدم الإجابة بكلمات مماثلة بل التزام الهدوء حتى تهدأ الخواطر ويبرد المزاج. إن صرختْ الزوجة بالزوج وأجابها بزعقة مدوية فسيتألم الزوج مرتين: المرة الأولى من كلامها الواخز والمرة الثانية من كلامه القاطع وبالتالي يؤذي نفسه بالدرجة الأولى وقد يؤدي ذلك إلى الطلاق أو إلى أمور أخرى لا تحمد عقباها. كما ينبغي تجنب العناد أو التعامل مع الآخر بنظرة فوقية، وفي نفس الوقت، يجب عدم التورط في المهاترة والشجار بل يجب التريث حتى استعادة الرصانة والهدوء النفسي.

*

لا تسمح لأحد بأن يسلبك سلامك ولا تسلب سلام الآخرين بالمقذوفات اللفظية (أو الكتابية). قد يتلفظ المرء أثناء الغضب أو احتدام العواطف بكلام غير لائق، لا يريد أصلاً التلفظ به، ثم يشعر بالأسف جراء ذلك في حين سيتذكر الشخص الآخر ذلك الكلام لعشرين عاماً ... ومن هذه الناحية فإن الذاكرة شيء سيء. إن قوة التذكر هي نعمة إن استـُخدمت على النحو الصحيح لكنها مؤذية إن استـُخدمت كمستودع للأشياء السيئة التي ارتـُكبت بحقنا.

عندما نستيقظ في الله سندرك أن الحياة البشرية هي مجرد صور من الظلال والضوء، مسلّطة على شاشة السينما الكونية.

إننا متعودون على إدراك الأشياء التي يمكن للحواس أن تستشعرها وتتبينها، وفي معظم الأحيان نبقى على غير دراية بالقوى الشفافة من حولنا. ومع ذلك فإن كل فكرة نفكرها تُحدث اهتزازاً شفافاً معيناً. ولهذا السبب لا يمكن للإنسان أن يخفي طبيعته الحقيقية عن الآخرين. فإن ارتكب خطأً ما يعلم ذلك في قرارة نفسه حتى ولو فكر أنه يخفيه، لأن الشعور بارتكاب الخطأ موجود في الأفكار والآخرون سيعرفون ذلك لأن اهتزازات تلك الأفكار ستظهر بطريقة أو بأخرى من خلال تصرفه. وهذا ينطبق أيضاً على الأفعال والأفكار الطيبة. فعندما نفكر بالله ونتلفظ باسمه - نطقاً أو همساً أو صمتاً – نطلق اهتزازاً روحياً في الأثير مما يستجلب حضوره المبارك.

*

يا رب، إن أشعة محبتك تسطع بفيض متساوٍ على كافة أفراد أسرتك الكونية. الإنسان هو الملوم لأنه أصبح غير شفاف لا ينفذ إليه النور بسبب تفكيره المغلوط. فلتتخلل قوتك كياني ولتبدد الأبخرة الدنيوية القاتمة الكثيفة علني أصبح مرآة صقيلة صافية تعكس صورتك النقية الساطعة.

*

يجب أن تكون المحبة صادقة، وعندما تنبع من القلب تكون صادقة.

*

إن توجهت إلى النور الإلهي ستجد قوة ربانية قادرة على إنارة وتيسير دربك ومنحك الصحة والسعادة والسلام والحرية والنجاح.

*

إن كان تحصيل المال صعباً فبلوغ الاتزان النفسي أكثر صعوبة. على الإنسان أن يكون طيباً وهادئاً في كلامه وتفكيره وحركاته الجسدية.

للناس طبيعتان: طبيعة البيت وطبيعة الصالون. في البيت نأخذ راحتنا ونشعر بطبيعتنا الحقيقية، ومع ذلك كثيراً ما نتمنى لو أننا تجنبنا التصرف الطبيعي لأننا بذلك التصرف نظهر أموراً قبيحة كان ينبغي عدم الإعراب عنها لا سيما إن كانت تسبب الأذى لمن حولنا.

إننا نتقلد طبيعة الصالون عندما نخرج بثياب أنيقة وبسمة عريضة وأفكار ومشاعر تغلي في داخلنا. في البيت نقول "أنا زعلان من فلان ولا أطيق رؤيته" ولكن عندما نقابل نفس الشخص نبادره بالقول "سلامات! كيف الحال؟" هذه التيارات المتناقضة من عدم التوافق والمشاعر غير الصحية تؤثر على الجملة العصبية وغيرها من أجزاء الجسم.

*

يا إلهي الحبيب
لقد أبصرتُ امتدادك اللامتناهي في آفاق السكينة
وتذوقت فرحك المنعش في أعماق كياني
وسمعت صدى صوتك في ضميرى اليقظ
وأصغيت إلى همسك لمدركاتي الروحية.

*

يا رب، حوّل شياطين الأطماع الأنانية البشعة إلى ملائكة من الأماني السامية المحلقة، والجهل المؤلم إلى حكمة مباركة، وخامات الخمول الوضيعة إلى ذهب مصفى من الإنجازات الروحية المتوهجة.

*

اجعلنا أنقياء يا رب، بدّل ضعفنا وتقاعسنا إلى همة وعزيمة، وأفكارنا الخاطئة إلى مدركات للحق.

ما هو الحب؟

الحب هو عبير الزنابق المتفتحة

وكورس الورود الصامتة

المحتفية بجمال الطبيعة.

الحب هو أغنية الروح تنشد للحياة

ورقصة الكواكب الإيقاعية المتزنة

في انطلاقتها الدائمة في الفضاء السحيق.

إنه ظمأ الزهور لارتشاف أشعة الشمس

وتورّدها وارتوائها بإكسير الحياة.

إنه شوق الأرض

لتغذية الجذور العطشى بلبنها

ورعاية كل صنوف الحياة بعصارة الحياة.

إنه إرادة الشمس الجبارة

لإبقاء كل الكائنات حية مفعمة بالنشاط.

وهو دافع الحياة

لتوفير الحماية والرعاية للقاصرين.

إنه بسمة البراءة تستمطر الحنان الأبوي

على الرضيع

والإذعان التلقائي في قلوب المحبين

لتقديم الخدمة والعزاء دون مقابل..

إنه نبض الصداقة

الذي يجبر الخواطر الكسيرة ويشفي الجراح..

إنه نداء القلوب الذي يعصى على الوصف

إنه الشاعر المترع بحب الإنسانية

المتألم لشقائها..

إنه دائرة الألفة بين أفراد الأسرة الواحدة

دائمة التمدد والإتساع نحو مساحات أوسع

ومجالات أرحب..

إنه همسة الحياة

في آفاق العقول المتفتحة

وسماء القلوب المرصعة بنجوم المشاعر النبيلة.

الحب هو نعيم الروح

الذي تصبو إليه النفوس المُحبة

وتحن للتوصل إليه والتواصل معه.

أبصرتُ الحياة

بينما كنت أتمشى بين الروابي الناضرة والأودية المعشبة

متنقلاً بين الأشجار والأزهار

أبصرت الحياة تلهو وتمرح..

أبصرت إشعاعاتها الذهبية في قرص الشمس

ورأيتها تتوارى في خمائل السحاب..

سمعتها تقهقه في السواقي المبتهجة

وتذرف الدمع سخياً من زخات المطر..

رأيتها تتمايل في أغصان الأشجار

والأقاحي ترقص معها فرحاً..

سمعتها تصدح في زقزقة العصافير وشدو العنادل،

رأيت ظلالها تغلف المنحدرات

وطلـّها يرطب قلوب الورود ويقبل وجناتها..

أبصرت الحشائش الندية تتشبث بأقدامها

مثلما رأيتها ترش أعشاب الحقول

بقطرات الحب البليلة فتزيدها نضرة ورواء..

وشممت أنفاسها العاطرة محمولة على أنسام الصباح

أحسست بسلامها ورأيت يديها تنثران البركات

في كل فج وصقع

فما أروع الحياة

وما أعذب السير معها

يداً بيد

على دروبها المباركة!

والسلام عليكم

الكائن المجهول أو مارد الباطن

كلما تقدمنا على الطريق وأخذت مداركنا الروحية بالتفتح نشعر أننا في مواجهة معارضة قوية من داخلنا. لكن هذا الشعور هو مجرد وهم ليس أكثر، فالعكس هو الصحيح. والطبيعة الغريبة المحيّرة، المتقلبة ذات النزوات المفاجئة لذلك "الكائن المجهول" في داخلنا تبدو وكأنها تغتذي على مقومات عصية الوصف مستقاة من عوالم عسيرة المرتقى لوعينا البشري.

هذا الكائن يبدو أنه يقيم في مكان غير منظور، ويمكن تشبيهه بشخص من كوكب آخر، يحل ضيفاً علينا مع أنه لا تربطنا به صلة من حيث الاهتمامات والأفكار والعادات والمطامح والتطلعات البعيدة.

هذا الكائن المجهول يبدو أنه يمتلك أفكاراً عن العالم الآخر أعظم بما لا يقاس وأكثر دقة من أفكارنا عن ذلك العالم. ويُخيّل إلينا أنه لا يمتلك سوى فكرة واهية عن الضرورات الملحة والاحتياجات العملية المتصلة بوجودنا الأرضي.

صديقنا المجهول يبدو أنه يتجاهلنا، مستغرقاً دون شك بأمور كثيرة تتصل بالكون وأسراره التي لا تعد ولا تحصى. وعندما يتذكرنا ويريد إسعادنا يُحدث حِراكاً عجيباً يبدو لنا غير منطقي فيفقدنا توازننا ويقلب موازيننا ويجعلنا في حيرة من أمرنا.

غالباً ما نعتقد أن ذلك الكائن المجهول يهزأ بنا ويسخر من قدراتنا وكأنه يتلهى بعقولنا دون أدنى مراعاة لمشاعرنا ودون تعاطف مع حالاتنا وأحوالنا. وفي بعض الأحيان يبدو أنه يكدّرنا ويغاضبنا ولا يقدّم لنا مَكرمة تشكر أو منفعة تذكر.

هذا الكائن يبدو قادراً على الإتيان بالخوارق واجتراح المعجزات على اختلافها، لكنه بالرغم من وجوده في داخلنا يصعب علينا التواصل معه والانتفاع من قدراته غير المحدودة وقواه الخارقة.

هذا الكائن الخفي يمكن تشبيهه بالطفل المدلل الذي سُمح له بامتلاك أسرار السموات والأرض. فهو يستخدم تلك الأسرار ويتحكم بتلك القوى على هواه دون زاجر أو رادع.

يبدو أنه يعرف كل شيء لكنه يجهل الطريقة الصحيحة لاستخدام تلك المعرفة. أما يداه فمليئتان بالكنوز التي ينثرها ويبددها في الاتجاه الخاطئ وفي الوقت غير المناسب.

نراه يعطي الخبز للعطشان والماء للجائع (ويطعم الحلاوة للذي بلا أسنان).

يغمر الجاحدين بالعطايا ويحرم المتسولين من الهبات.

يلاحق الهاربين منه ويهرب من المتشوقين للقائه.

ما هي تلك القوة الخفية التي تشحن المرء أحياناً بطاقة غريبة عجيبة تسابق الرياح والأشباح؟

ما هي تلك القوة التي ترفع وتخفض مستوى الإهتزاز والطاقة بحيث تساعد الشخص على موازنة درجة حرارته لدى الخروج من غرفة دافئة في صباح يوم بارد وبالعكس؟

ذلك الكائن المجهول يعمل بمهارة فائقة لا تخطر أبداً على بال الكيميائي البارع أو المهندس الحاذق.

أيجوز أن تلك القوة يمكن استجماعها خلال هذه الفترة الحياتية القصيرة على هذه الأرض؟

كلا يا أصدقائي، لقد استغرق ذلك "الغريب" ملايين السنين لإتقان هذه الآلة الجسدية التي نعزوها للحواس الخمس. على سبيل المثال مستحيل للعقل الواعي أن يعرف المقدار الدقيق لكمية السكر التي ينبغي ضخها في الدم. فلو نقصت تلك الكمية أو زادت عن الحد لجاءت النتائج كارثية.

إننا نقف وجها لوجه أمام قوة لا نعرف الكثير عنها، ويجدر بنا أن نتعرف عليها. والطريقة الأنسب لذلك هي نقض ما تعلمناه

لغاية الآن وتحضير أنفسنا على طريقة المعلم العظيم عندما قال: "لن تدخلوا الملكوت ما لم تصبحوا كالأطفال."

وبعبارة أخرى ما لم يصبح الإنسان متقبلا ببساطة الطفل ونقائه وإيمانه فلن يتمكن من إحراز تقدم روحي يذكر.

التأمل العلمي ربما يكون أسهل السبل للتعرف على تلك القوة الباطنية الخفية، لكن معظم الناس لا يمتلكون الحافز الكافي للتأمل ويفضلون بلوغ تلك المعرفة بطرقهم الخاصة، أو بالجلوس في السكون – حتى ولو كان الفكر كالإعصار مندفعاً في كل اتجاه. وقد يقول البعض: "لا بد أن أبلغ تلك المعرفة في تجسدات قادمة ولست في عجلة من أمري. وقد يوقظني وعيي الباطن يوماً ما، ولكن لا حاجة لبذل المجهود الواعي لتحقيق ذلك."

لا يهم كم هو عمرنا وكم مرة فشلنا في حياتنا، أو ما هو رأي الآخرين بنا. ولا يهم الموروثات التي نحملها أو الظروف التي نعيشها. كل هذه لا تهم بالنسبة للضيف الخفي الذي يسكن في داخلنا. كل ما يريده منا هو أن نسمح له باستخدام أجسامنا وطاقاتنا وعقولنا ووعينا وتسليم زمام أمورنا له في كل صغيرة وكبيرة. هذا ما ينبغي أن نفعله إن نحن رغبنا في بلوغ القمم التي في انتظار قدومنا.

عندما نتأمل أحداث حياتنا أليس صحيحاً أننا ندرك أن قوة خفية قد وجّـهتنا وجنبتنا الكثير من المخاطر؟ ولكن بمجرد مرور الخطر بسلام ما أسرع ما ننسى تلك القوة!

تلك القوة لم ولن تتركنا إطلاقاً. وفي كل مرة نحتاج لها تكون دوماً حاضرة لمساعدتنا، تماماً كما قال المعلم العظيم: "ها أنا معكم حتى انتهاء العالم."

إن قرأنا سِير العظماء من الرجال والنساء على مر الأجيال نلاحظ أنه في كل حادثة مهما كانت صغيرة، ومهما كان الأسلوب المتبع، سواء بالدعاء الحار أو التأكيد العميق، كانت النتيجة دائماً واحدة.

هذا المارد المقيد في داخلنا هو في حركة دائبة دائمة كي ينطلق من عقاله مرة وإلى الأبد. فمتى سنفك قيوده بكيفية واعية ونتبعه إلى حيث الحرية والنصر؟

فلنبدأ الآن ولنمنح المارد الباطني الفرصة وسنجد كم ستحلو الحياة وتشرق بأنوار البهجة والنصر بعونه تعالى.

والسلام عليكم

مشاهد من الهند ورؤية

الهند هي صورة مصغرة عن العالم في كل شيء. فهي بلد كل الأجواء والمناخات والأديان والأعمال والفنون والشعوب والمناظر واللغات والثقافات على اختلافها.

الحضارة الهندية تعود إلى آلاف السنين، وقد ترك حكامها وحكماؤها ومرشدوها سجلات تشهد بوجود وأصالة الحضارة الآرية في بلاد الهند والسند.

الكثير من السياح الأوروبيين يزورون الهند ويشاهدون في شوارعها بعض السحرة وبالعي السيوف والحواة من مروضي الأفاعي فيظنون أن هذا أفضل ما يمكن أن تقدمه الهند، غير مدركين أن هؤلاء لا يمثلون الهند. إن حياة الهند الحقيقية وحيويتها تكمن في ثقافتها الروحية التي جعلتها بوتقة الأديان والمعتقدات من عصور سحيقة.

صحيح أن الغرب باستطاعته تعليم الهند الكثير من الطرق الصحية وأساليب ومبادئ التجارة وتنمية وتطوير الموارد الطبيعية والبشرية. وصحيح أن الهند بحاجة إلى أرباب عمل عباقرة من أمثال هنري فورد وتوماس أديسون، لكن العالم الغربي هو أيضا

ظمآن شعورياً أو لاشعورياً وبحاجة إلى الدروس الروحية العملية التي تخصصت بها الهند على مر العصور.

لقد تقدم العلم كثيراً في المدن الغربية وخطا خطوات واسعة وحثيثة بحيث أصبحت احتياجات الإنسان المادية من مأوى ومأكل وملبس متوفرة ومتاحة دون كبير عناء. لكن الراحة الفيزيقية والمادية دون الراحة النفسية والسلام والعزاء الروحي لا تكفي.

وتراث الهند الأعظم والأغنى يكمن في الوسائل والطرق الروحية التي اكتشفها علماء الروح الهنود من ذوي الرؤى والحكماء المتنورين على مدى القرون. ذلك التراث ساهم ويساهم بثقافة الإنسان الروحية العلمية.

الهند هي بلاد الأسرار، لكنها أسرار لا تفتح قلبها إلا للمتعاطفين معها، الباحثين عن الحقيقة بجد وإخلاص.

الهند تمتلك أعلى وأروع جبال الدنيا: الهملايا. أما دارجيلنغ في شمال الهند فهي سويسرا الهند من حيث الجمال الطبيعي الأخاذ. وتمتلك أطلالا قديمة لقلاع وحصون فريدة ولقصور الأمراء في دلهي، مثلما تمتلك نهر الغانج العريض ومرتفعات الهملايا حيث كهوف وخلوات التأمل على نور الله وحكمته.

وتفخر مدينة أغرا في الهند بأحد روائع الدنيا ألا وهو صرح التاج محل ذروة الفن المعماري وأجمل أحلام البشر المجسدة في الرخام الصقيل والمرمر البديع تخليدا للحب البشري.

وفي الهند أيضا غابات داكنة وأحراش كثيفة حيث تصول النمور والأسود، كما تتمتع الهند بسماء زرقاء تزداد روعة وجمالا عند الأصيل حيث تتحول أشعة الشمس إلى كتلة من اللهب البرتقالي المشتعل.

وفي الهند أيضا صنوف وألوان لا حصر لها من الفواكه والخضروات الشرقية وأجناس عديدة من البشر، وكلها تتضافر لتجعل من الهند بوتقة مدهشة عجيبة رائعة تعصى على النسيان.

الهند هي أرض التناقضات الكبرى، حيث الغنى الفاحش والفقر المدقع، وحيث ذروة النقاء العقلي والحياة العادية الخشنة. في الهند سيارات الرولز رويس والعربات التي تجرها الثيران، مثلما فيها الفيلة ذات الهوادج المزخرفة والعربات الفخمة التي تجرها الخيول المطهمة.

في شمال الهند نجد أناساً ذوي عيون زرقاء وشعور شقراء، أما في الجنوب الأكثر حرارة فنبصر البشرات السمراء التي لوحتها حرارة الشمس الاستوائية.

فمن البداية وحتى النهاية نجد أن الهند هي بالفعل بلد المفاجآت والتناقضات. الحياة تصبح مملة إن هي سارت على وتيرة واحدة. أما في الهند فيشعر الشخص أن الحياة مغامرة كبرى ذات مفاجآت وأسرار لم تخطر على البال من قبل.

قد لا تمتلك الهند ناطحات سحاب مادية ولا وسائل ترف وترفيه عصرية زائدة ترهق الأعصاب الروحية.

صحيح أن للهند عيوبها كما لكل الأمم عيوبها..

لكن الهند تمتلك ناطحات سحاب روحية: عمالقة روح يتحلون بالتواضع والواقعية وباستطاعتهم تعليم إخوتهم في الإنسانية كيفية استخلاص الفرح الروحي الكامل من أي ظرف من ظروف الحياة.

وهؤلاء الصوفيون ذوو الأسس العلمية الذين عرفوا الحق والحقيقة بجهودهم وتجربتهم الذاتية يمكنهم مساعدة الآخرين على تطوير بصيرتهم واستخراج مياه السلام والرضاء المنعشة من تربة حياتهم اليومية.

رؤية أثيرية عند الغروب

يصف المعلم الحكيم برمهنسا رؤيته على النحو التالي:

من شرفتي رنوت ببصري نحو الغرب، فانطلقتُ على أجنحة الخيال ووقفت على شواطئ الأفق البعيد. وقد أبصرت

عن يميني وشمالي سلسلتين من الجبال ما لبثتا أن تحولتا إلى لون بنفسجي غامض. وعندما أعدت النظر إليهما كانت يد خفية قد غلفتهما بغلالة من اللون الأزرق الغامق. وكانت تقبع خلفي مدينة وادي الحجارة Guadalajara المغمورة بشفق الغروب. أما السماء الشرقية فقد باتت موشحة بألوان وردية خفيفة. وإذ تطلعت إلى الأمام أبصرتْ عيناي مدينة سحرية من الجـُزر الزرقاء السابحة في بحيرة من ذهب.

وفي أرخبيل الجـُزر الزرقاء السحرية هذا برزت تلة ضخمة من الكلس الأزرق كانت تحيط بها سحب بركانية بلون أبيض رمادي وهي تقذف فوارات من حمم بلون الذهب الأحمر الوهاج، تتساقط مائلة كقوس قزح نحو البحيرة الساكنة. أما اللهب الذهبي الكثيف فقد أحاط الجزر الزرقاء بهالات ضوئية مشتعلة.

القمة الزرقاء وتاجها اللهبي انعكسا كتوأمين على صفحة تلك البحيرة الذهبية الصامتة. وإلى أقصى اليمين كانت بحيرة هادئة صغيرة مشعشعة وقد توسدت صدر إحدى الجـُزر الزرقاء كالبدر السابح وسط أمواج الغيوم.

لقد تجولتُ طويلا في مدينة الغروب والغيوم السرابية، عائماً على سطح البحيرة ذات الضوء الذهبي الرقيق. ويا لروعة تلك المياه الذهبية المرصعة بعناقيد الجليد الحمراء المنتشرة في كل اتجاه حتى حافة الأبدية.

خِلتُ أن حوريات صغيرة من النور كانت أرواحاً طيبة على هذه الأرض، وبعد اجتيازها بنجاح كل امتحانات الحياة سُمح لها كي تمرح وتجسد أحلامها حسبما شاءت. كل يوم عند ساعة الغروب كانت تلك الحوريات تكثف أحلامها السماوية في مدن أثيرية تحيط بها بحور وبحيرات من ذهب. هناك وخلف قبضة الأحزان وما وراء مصائد هذا العالم الأرضي بما فيه من مآس وآلام.. هناك ما وراء المنغصات كانت تلك الكائنات تتنفس أضواءً حمراء وتشرب أشعة برتقالية وتنأى وتدنو وتسرح وتسبح في خضم أنوار متعددة الألوان.

هنا كانت تلك الحوريات تحقق أحلامها وتجسد خيالاتها على الفور مثلما تريد، ثم تذيبها وتلاشيها بإرادتها.

هنا كانت تنعم تلك الكائنات بكنوز القناعة والرضى وتجود بتحقيق أحلام كل من يزورها في عالمها السحري العجيب.

هنا لم يحتم عليها الإنتظار والتمني كالبشر كي تتحقق أحلامها وتدرك أمانيها، بل حلمت كما شاءت وحققت كل تلك الأحلام والأماني بمحض إرادتها.

مدينة الغروب تلك في جزر الأحلام كانت حلماً من أحلامي المتناومة في طيات اللاشعور وقد تحقق اليوم أيما تحقيق. حقاً لقد أبصرتُ كنوز روحي الدفينة وذخائرها المخبئة فغمرني نورها وبهرني سطوعها!

والسلام عليكم

مصابيح تنويرية

نحمد الله ونشكره على هبة كل سنة جديدة وما تحمله لنا من آمال ووعود بالتحقيق.

لا توجد قوة أعظم من الإبتهال الوجداني الخالص والعميق للتواصل مع الله، ولإحداث تغيرات رائعة في حياة الأفراد وفي الظروف العالمية، ولتحقيق السلام والإخاء الإنساني.

نتمنى على الله أن تتحول الدعوات الفردية الصادقة والمدركات السامية والمعارف المتنامية إلى قوة روحية مباركة تحدث تغييراً فعلياً على أرض الواقع.

باركنا يا رب كي نستهدي بنورك ونضيء مصابيح تنويرية على الدروب، وكي نوقظ حبك في قلوبنا وقلوب الآخرين ونحمل مشاعل من النور الحي ونوظف ملكاتنا فيما يرضيك وينفع الناس.

وساعدنا كي نجعل من أنفسنا قنوات سالكة تنساب من خلالها طاقتك الكونية ونورك الهادي لمساعدة الآخرين وتخفيف الشقاء والمعاناة عن كاهلهم، إذ بفضلك نمتلك القوة لمساعدة البشرية وأنفسنا.

باركنا كي نتعاطف مع المتألمين
ونبث الأفكار والإرادات الطيبة في ربوع هذا العالم
علّ السلام والإخاء يصبحان تجربة معاشة
"كما في السماء كذلك على الأرض"

{السلام إسم من أسماء الله تعالى وضعه في الأرض، فأفشوه بينكم}

* * *

قال أحد التلامذة للمعلم برمهنسا بأنه يجد صعوبة في استبدال عاداته الضارة بأخرى نافعة وطلب منه النصيحة، فقال:

يجب أن لا تتخلى عن الأمل في التحسّن الذاتي.

يصبح الإنسان عجوزاً فقط عندما يرفض بذل المجهود للتغيير الإيجابي.

تلك الحالة الآسنة هي حالة "الهرم" الفعلي في تقديري.

عندما يقول الشخص "لا أستطيع التغيير" ويكررها عوداً على بدء
أقول له: "حسناً، بما أنك قررت أن تكون كذلك فابقَ حيث أنت"

مهما كانت حالة الشخص الراهنة، يمكنه التغيير نحو الأفضل بواسطة الإنضباط والتهذيب الذاتي والتغذية الصحيحة واتباع قوانين الصحة.

لماذا تفكر بأنك غير قادر على التغيير؟ الخمول الفكري هو السبب الخفي للضعف. كل واحد لديه خاصيات تحدّ من تقدمه. تلك الخاصيات لم يضعها الله في الطبيعة البشرية بل هي من صنع الإنسان نفسه. وتلك هي الشوائب التي يتوجب عليك التخلص منها، وبإمكانك ذلك.

وتذكر بأن عادات الشخص هي لا شيء سوى تعبيرات ظاهرية لأفكاره الباطنية.

عندما تعقد العزم على التغيير ستتضافر قوى عديدة لتعضيدك وتعزيز مقرراتك الإيجابية.

وبالله التوفيق.

حديقة العام الجديد

لقد تلاشت أصداء العام المنصرم بما فيها من أحزان وضحكات

وها صدى أنشودة العام الجديد يشدو مشجّعا ً، مبشّرا ً بالأمل، وهامسا ً:

" صُغ حياتك من جديد بصورة مثالية

اهجر الأعشاب الضارة للمخاوف القديمة

ومن حديقة الماضي المهجورة استجمع وادّخرِ فقط بذور الأفراحِ والتحصيلات والآمال والأفكارِ والأفعال الطيبة والرغبات السامية النبيلة.

وفي التربة الندية لكل يوم جديد ازرعِ تلك البذور الجبارة واسقها واعتنِ بها حتى تنمو وتعبق حياتك بمزايا التفتح النادرة.

العام الجديد يهمس:

"يقّظ الروح أسيرة العادات واستحثها للقيام بجهود نافعة جديدة. لا تكف عن المحاولة ولا تسترح قبل بلوغ الحرية الأبدية والتفوق على الكارما {نتائج الأعمال السابقة الدائمة المطاردة والتعقّـب}.

وبفكر منتعش ومنتشٍ بالسرور الدائم التجدد، فلنفرح معا ولنسر يداً بيد قاصدين البيت السماوي حيث لن نخرج بعدها خارجاً.

قصـــــــــة نجـــــــــاح

لا زلت أذكر المرة الأولى التي استخدمت فيها الإرادة الفعالة كي أساعد الآخرين.

فأحد أصدقائي وأنا كنا صبيين صغيرين آنذاك. وذات يوم قلت له:

"سنقوم بإطعام خمسمائة شخص (فقير) "

فأجاب متعجباً: "ولكننا لا نملك فلساً واحداً !"

فأكدت له قائلاً: " سيتم المشروع بالرغم من ذلك، وأعتقد أن المال سيأتي عن طريقك."

فأجاب مستهزئاً : "يا له من مشروع! هذا مستحيل!"

واستحثني إحساس يقيني لأن أقول: "لا تزعج والدتك بأية صورة، بل قم بكل ما تطلبه منك ."

بعد يوم من ذلك أتى إليّ راكضاً وأخبرني قائلاً:

"كنت أستحم، فنادتني أمي. وكنت على وشك أن أجيبها قائلاً "لا تضايقنني الآن حيثني أستحم". لكن بدلاً من ذلك سألتها عما تريده فطلبت مني أن أذهب لرؤية خالتي التي تسكن على مقربة من بيتنا، فقلت لها: سمعاً وطاعة."

"وعندما ذهبت لمشاهدة خالتي، كان أول ما قالته لي: "من هو ذلك الصبي المجنون الذي ترافقه؟ هل فقدت عقلك؟ ما هذا المشروع الذي سمعت به بأنكما ستطعمان خمسمائة شخص؟!"

فغضبت منها وقلت لها: "يجب أن أذهب الآن" وشرعت بمغادرة منزلها. لكنها استوقفتني قائلة: "صديقك قد يكون معتوهاً لكن فكرته طيبة. خذ هذه الورقة النقدية من فئة العشرين روربية" (كان ذلك مبلغاً لا بأس به في مطلع القرن العشرين).

كاد الولد أن يغشى عليه لشدة دهشته، فأتى إليّ مهرولاً للحال وقصّ عليّ النبأ. وعندما ذهبنا لابتياع الأرز وبعض الحاجيات الأخرى للوليمة كان الجيران قد سمعوا بخطتنا المزمعة وقدموا المزيد من الطعام، وفي النهاية أطعمنا ألفيّ شخص (2000)!

إن نفس الإرادة المشحونة بالتيار المقدس استحدثتْ أول مكتبة أسستها وهي مكتبة ساراسواتي في كلكتا.

عندما تعقد النية على القيام بأعمال طيبة فإنك ستنجزها فيما إذا استخدمت الإرادة الديناميكية الفعالة. ومهما تكن الظروف والأحوال، فإن تابعت المحاولة سيخلق الله الوسائل التي بواسطتها ستتمكن من تحقيق ما تريد.

تلك هي الحقيقة التي أشار إليها السيد المسيح عندما قال: "إن كان لكم إيمان ولا تشكّون... فإن قلتم لهذا الجبل انتقل وانطرح في البحر فيكون."

[وفي الحديث الشريف: إذا دعوتم الله فاعزموا في الدعاء.]

إن استخدمت إرادتك دوماً، فمهما كانت المعاكسات ستتمكن مع ذلك من تحقيق النجاح والصحة والقوة لمساعدة الآخرين، وعلاوة على كل شيء ستحقق التوافق مع الله. تلك هي الإرادة التي يجب تنميتها: الإرادة التي تجفف محيطات التردد والإخفاق لعمل الخير وتحقيق المأمول."

* * *

أنظروا إلى الأعماق المشعة في كيانكم، وهناك ستجدون إمكانات غير محدودة من الجمال والحكمة والنقاء.

نسأله تعالى أن تستقبلوا العام الجديد بقناعة تامة أن لديكم القدرة على إظهار الطبيعة العليا في داخلكم.

لقد غلفتكم البيئة ونتائج الأعمال الماضية بخصالٍ وسماتٍ وعادات محددة، لكن هذه مجرد مظاهر مؤقتة، وتحتهاً تكمن طبيعتكم الحقة – النفس الشريفة – التي تمتلك الحرية المطلقة لاختيار المزايا والخاصيات التي ترغبون بامتلاكها وإظهارها أثناء أداء أدواركم على مسرح هذا العالم.

هل من طموحات روحية تعتمل في نفوسكم وتخفق في قلوبكم وتستحثكم كي تضعوها على جدول أعمالكم في العام القادم؟ إن كان الجواب بالإيجاب، فانسوا الماضي واحتفظوا بالدروس المستفادة منه، وامضوا على بركة الله في تحقيق ما تريدون تحقيقه.

اعتبروا أن كل يوم هو فرصة جديدة للسيطرة على العادات والأهواء المغايرة وللعيش بسلام ومنح المحبة ونشر التفاؤل والمسرّة في هذا العالم.

في اللحظة التي توقظون فيها إرادتكم لإحداث تغييرات إيجابية وتدعمونها بأفعالكم، تبدأ القوى الكونية غير المنظورة من لدن الرب الرحيم بتعضيد جهودكم. وكلما ثابرتم على مقرراتكم ستتعاظم قوى الخير في حياتكم وتزداد زخماً، وهذا قانون إلهي لا يتغير.

اليوم الأول قد يكون صعباً، لكن اليوم الثاني قد يكون أسهل بقليل، واليوم الثالث أكثر سهولة. وبعد بضعة أيام ستجدون أن النجاح مستطاع. ومن يثابر ويواصل جهوده على مدى عام كامل سيجد أنه أصبح شخصاً آخر.

وللطامحين الروحيين نقول: لتكن الرغبة في التواصل مع الله هي الأعظم في حياتكم. إنه من خلال التفكير بالله والتأمل عليه نحصل على التأكيد القاطع بأنه يحبنا محبة أبدية لأننا خاصته بغض النظر عن الخطوات غير السديدة التي خطوناها في الإتجاه المغلوط.

عندما نشعر بأننا محبوبون محبة غير مقيدة بشروط، ألا يحفزنا ذلك على بذل قصارى جهدنا ويساعدنا على التخلي عن

الماضي بكل إخفاقاته وإحباطاته؟ عندما نحس بأننا نحب وأن هناك من يحبنا نطمئن وتبتهج قلوبنا.

وبالرغم من كل الواجبات والنشاطات، يجب أن نحتفظ ببعض الوقت، نخصصه للغوص في أعماقنا واستكشاف ذواتنا وإنعاش نفوسنا بحب الله وسلامه.

إن أحببنا الله وعملنا بإخلاص على مرضاته كل يوم، فلن يقوى شيء على إعاقة تقدمنا الروحي.

تذكروا ذلك يا أصدقاء وبعونه تعالى ستتذوقون في العام الجديد سعادة ربما لم تحلموا بوجودها من قبل.

* * *

بإرادة مشحونة بالهمة
وبثقة تامة بقدرات النفس البشرية
وبإيمان لا يتزعزع بالله
فلنودع هذا العام ولنستقبل العام الجديد.

وبالرغم من التغيرات التي يمر بها العالم، والأثر الذي تتركه تلك التغيرات في حياتنا، فإن نظرنا إلى ما وراء الأحداث اليومية المتسارعة بعين الحكمة والتبصر سنكتسب فهماً ونتعلم دروساً.

إن لكل منا دوراً يؤديه على مسرح الزمن حيث تتحول وقائع اليوم إلى أحلام في المستقبل.

الأحداث الدرامية وما يصحبها من ظروف وملابسات تحدث لغرض واحد هو إيقاظ مزايا الخير العديدة في نفوسنا، الواحدة تلو الأخرى. إن كل تجربة نمر فيها تقابلها قوة كامنة فينا للتعامل معها بحكمة وفعالية.

لدينا قدرات كبيرة أودعها الله في نفوسنا، وعندما يتم تفعيلها تصبح مصدراً حيوياً من البركة في حياتنا.

وحتى إن لم تكن الظروف الخارجية تحت سيطرتنا على الدوام، يمكننا دوماً اختيار ما نريد أن نكون عليه في داخلنا حيث يكمن مفتاح تقدمنا وتقدم الإنسانية.

يتعين على كل نفس راغبة في التحرر أن تلتزم التزاماً واعياً بالتغير نحو الأفضل، والوقت الأنسب هو الآن حيث النوايا مركزة على اتخاذ المقررات والإلتزام بالتغيير.

يجب ألا يكون الإنسان قطعة أثرية غير قابلة للتجدد النفسي والروحي. ويجب إيقاظ المزايا البطولية في داخلنا والتخلص من أثقال الخوف وعدم اليقين.

عندما يُقنع الإنسان نفسه بأن الله يحبه وبأنه معه على الدوام، فلن يقدر الماضي على تكبيله ولا المستقبل على ترهيبه.

ما وراء شرارة الحياة البشرية تكمن الشعلة الإلهية
وما وراء شعاع الفكر الإنساني يسطع نور الله الأعظم
وما وراء موجة العقل التمييزي يزخر بحر العلم الكلي

وما وراء الحب البشري ينبض الحب الإلهي الذي يملأ القلب ويرضي أشواقه.

إن العنصر الثابت الذي لا يتغير في عالم يسوده التقلب والتغيير هو صلتنا بالله.

فليكن القرار الأسمى تمتين تلك الصلة المباركة والعيش في توافق واعٍ مع المانح الأكرم للحياة والقوة والحب والسعادة.

وليتعرف الإنسان على خالقه في خلوة روحه وتأمله العميق..

وليسأل نفسه يومياً ما إذا كان يناغم حياته مع نواميس الحق والمحبة التي هي نواميس الكون الإلهية.

فلنعتصم بسلام الله في داخلنا
ولنصغِ لصوت الضمير
ولنوسع نطاق تعاطفنا ليشمل الآخرين.

بأفكارنا الإيجابية وأفعالنا التوافقية يمكننا تعزيز قوى الخير الكفيلة بإحداث تحولات جوهرية في هذا العالم بفضله تعالى.

* * *

اليوم قد يؤكد الإنسان لذاته أنه سينتهج خطاً مستقيماً وغداً يحيد عنه ويجد نفسه ميالاً للتخلي عن مقرراته الإيجابية.

يجب عدم قبول نقاط الضعف في حياتنا. من يستطع الثبات على مبادئه بالرغم من كل الإغراءات والمؤثرات الخارجية هو في طريقه إلى التحرر، ومن يتخذ الحكمة نبراساً سيتغلب على أوهام الحياة وقيودها وعوائقها.

الحكماء يحتفظون بحكمتهم حتى النهاية ويواجهون الحياة بجرأة وإيمان راسخ مهما كانت الظروف التي يتحتم عليهم مواجهتها.

من يتخلى عن إرادته ويستسلم لظروفه ويكف عن بذل المجهود يحكم على نفسه بنفسه وسيتخطاه الزمن.

الإنسان هو من يغذي عاداته الصحيحة والمغلوطة، وعندما يقول لا يمكنني التغيير فإنه يحكم على نفسه بالإخفاق.

عندما يؤكد الشخص لذاته بأنه قوي ومتحرر بالرغم من هجمات العادات السيئة والأفكار السلبية، وبأنه لن يكف عن المحاولة في عمل الأفضل يفسح المجال لقوى الخير الكامنة في ذاته كي تأتي لنجدته وتعضيده.

ومهما كانت تصرفات المرء خاطئة، يجب أن يشخّص حياته ويبذل المجهود لمساعدة نفسه وعمل الصواب وستتغير كل التصرفات الخاطئة إلى أعمال طيبة بعونه تعالى.

من الأرشيف: الغضب وذاكرة الفيل

على الراغبين في السلام الذاتي فهم الطريقة التي يتولد فيها الغضب ويتسبب في كثير من الأحيان بعواقب وخيمة.

ونظراً لفقدان التوازن الداخلي بفعل الغضب فقد تحول العديدُ من البشر ضد إرادتهم إلى مجرمين وسفاكي دماء.

إعاقة الشهوات تعمي الفكر.. وعندما يسيطر ضباب الشهوات على فكر الإنسان فإنه يفقد رشده ويتصرف تصرفاً لا يليق بالمقام الإنساني النبيل.

فقدان الرشد يربك التمييز الفطري الذي هو القوة الدافعة وراء كل عمل سليم ونية طيبة.

عندما تتعطل عجلة القيادة في سيارة الإنسان العقلية فإنه لا محالة سيتعرض لحادث وقد يجد نفسه في خندق التألم والشقاء.

مثال على ذلك: يكون الزوج سائقاً السيارة بفرح، وفي الطريق نحو المنتزه تطلب منه زوجته أن يغير الإتجاه للذهاب إلى بيت أهلها بدلاً من المنتزه، وهنا ينقلب فرحه غضباً.

لقد انتقيت هذا المثال لأنه شائع الحدوث. في الحالات العادية تكون النتيجة إما رفض الزوج لطلب زوجته أو موافقته بحنق واستياء، وهذا ما يحدث على العموم.. وفي كلتا الحالتين يكون الغضب قد أصبح سيد الموقف فيتعكر الجو ويتكدر الصفاء.

في بعض الحالات يتحول الغضب بالنسبة لذوي المزاج العنيف إلى مأساة، وقد يؤثر الغضب على الذاكرة أو قد ينسى

السائق القيادة بحذر وانتباه، أو قد يغفل مراعاة إشارات المرور، والنتيجة حادث اصطدام أو وفاة لا قدر الله.

واستنتاجاً، الغضب يقفل مقود الإرادة في عربة الحياة ويعيقها عن بلوغ غايتها المادية والروحية.

ذاكرة الفيل

القوة المدعوة "ذاكرة" موهوبة للإنسان من الله، ويا لها من نعمة كبيرة! والذاكرة مُنحت للحيوانات أيضاً، إذ لولاها لتعذر عليها التعرّف على صغارها. بعض الحيوانات يتمتع بذاكرة جيدة كما تبيّن القصة التالية عن أحد الفيلة.

بينما كان فيل ضخم ينقل الأخشاب كما يفعل الكثير من الفيلة المدربة في الشرق، اقترب منه غلام ووخزه بإبرة على خرطومه وولى هارباً.

مرّ عام على هذه الحادثة، والتقى نفس الفيل بنفس الغلام في الطريق، وكانت فرصة سانحة بالنسبة للفيل كي يأخذ بثأره. فما كان منه إلا أن لفّ خرطومه حول الغلام وقذفه بعنف إلى الجانب الآخر من الطريق.. إذاً الحيوانات تمتلك ذاكرة.

***

لقد حلمت أحلاماً عديدة، والآن فإنني متيقظ.. وعلى مذبح روحي أوقد شموع تذكري الدائم لك يا إلهي.

وبعينيّ اللتين فارقت هجعة السبات جفونهما أرنو إلى وجهك الجميل وأتلذذ برؤية أنواره القدسية..

وبنعمتك أصبحتُ أدرك أن الصحة والمرض

والحياة والموت

كلها ضروب من الأحلام.

لقد انتهيت من رواية الأحلام المرتسمة بألوان زاهية على ستارة الأوهام البراقة

والآن أبصرك الحقيقة الوحيدة في الوجود.

إبقاء القنوات سالكة

معظم الناس لا يفكرون بالله تفكيراً جاداً إلا عندما يواجهون مشاكل عصيبة، وعندها يتوقعون منه أن يتدخل وينقذهم مما هم فيه.

كان أحد المستنيرين يقول: "إن لم تدعُ الله ليكون ضيفك في صيف عمرك فلن يأتي إليك في شتاء حياتك."

هذا لا يعني أن الله لا يرغب في مساعدتنا، فهو يريد أن يمد لنا يد العون ويخلصنا مما نعانيه، ولكن عندما نعيش لسنين طويلة بكيفية مناقضة لقوانينه، ولا نتواصل معه في التأمل، يصبح

العقل مثقلاً بركام الأوهام وتصبح قنوات التواصل مع الله مسدودة بالخوف والرغبات الأنانية والمزاج المتقلب ونوبات الغضب والإرادة العنيدة العمياء والعادات السيئة والسلبيات، فلا تبقى هناك قناة مفتوحة يمكن للعون الإلهي أن ينساب من خلالها إلينا.

إن أخفقنا في تحضير أفكارنا وإبقاء القنوات سالكة فلن نتمكن من مواجهة - والتغلب على - المشاكل التي لا بد أن تعترض سبيل كل منا أثناء مشوار حياتنا.

يُحكى أن مُحباً لله عثر على الله من خلال ترديد إسمه المبارك بتركيز عميق وحب فائق بصرف النظر عما كان يفعله. لقد بدأ تلك الممارسة عندما كان طفلاً وواظب عليها مواظبة تامة بحيث أنه كان يردد إسم الله حتى أثناء نومه.

وعندما كبر كان يجتاز الغابات الكثيفة التي تعج بالنمور الكاسرة وأفاعي الكوبرا والعقارب والحشرات السامة، ولم يرتدِ سوى قطعة قماش وصندل.

كان الناس يدهشون من جرأته ويسألونه متعجبين: "ألم تتعرض أبداً للأذى من تلك الوحوش الضارية والحشرات الضارة؟" فكان يجيبهم:

"إطلاقاً، لم أتعرض لأذى أبداً، لأنني أحمل إسم الله معي على الدوام وتلك هي حمايتي."

ونحن أيضاً يمكننا أن ندرك أن حماية الله تشملنا. فهو دائماً حاضر ليخفف مصائبنا ويساعدنا في التغلب على مشاكلنا، ولكن

يجب أن نـُبقي أنفسنا متقبلين لبركاته، بالتفكير به والإبتهال له ومناجاته في قلوبنا أثناء أداء واجباتنا.

إن فعلنا ذلك فيمكننا الصمود في وجه الأعاصير ولن تقدر المشاكل المستعصية والأزمات الحرجة على هزيمتنا أو فل عزيمتنا.

الكبرياء الروحي

التواضع هو أعظم المزايا على الطريق الروحي، وفي تنمية التواضع تسريعٌ للنمو الذاتي وحماية له.

يجب أن يكون التواضع الركيزة التي يبني عليها المريد حياته الروحية فيما إذا كان يرغب في بلوغ هدفه الذي هو التوافق مع الله والإحساس بحضوره.

العالم يشجع على التفاخر بالإنجازات والممتلكات والمناصب والسعي لاكتساب رضا الآخرين واستحسانهم، لكن على المريد أن يحوّل انتباهه من الذات الصغيرة "الأنا" إلى الذات العليا.

التواضع الفعلي يعني المعرفة اليقينية بأن الله هو الكل في الكل، والتخلص من الطموح لإرضاء الأنا بتنمية طموح أكبر لاكتساب رضا الله.

وهو أيضاً التخلي عن الأنانية بتنمية الحب الإلهي والتوجه إلى الله الذي هو مصدر كل ما نبحث عنه ونسعى للوصول إليه أو الحصول عليه.

الكبرياء الروحي هو إغراء شفاف ويتعين على المريد أن يلتزم الحذر حيال هذا الداء لأنه يطمس أي إدراك لله أو إمكانية التواصل معه.

وما لم يسعَ المريد بكل إخلاص لاكتساب التواضع سيكون عرضة للسقوط في شراك الوهم ومصائد الغرور.

وفي الحقيقة قد يتغلب الشخص على الكثير من نقاط الضعف ويحرز تقدماً كبيراً على الطريق، ومع ذلك قد يسقط بسبب إغراء الكبرياء.

إن سيد الأكوان وفاحص الضمائر يعرف ما بداخل القلوب، والذين يباهون بروحانيتهم سيفقدونها.

من يفتخر بتجاربه الروحية يتلوث حبه بالأهمية الذاتية، أو بعبارة أخرى يبدأ بالتفكير بأنه شخص مميز، وقد يخسر ما حصل عليه من بركات.

إن من يطغى كبرياؤه الذاتي على النعم الإلهية في داخله يسيء استخدام المواهب الروحية، وعندئذ يعطي الله درساً في التواضع لذلك المريد فيسحب بركاته منه حتى يحصل على الفهم الروحي ويعدّل مساره، لكنه يفعل ذلك بدافع الحب، لأنه عندما ينفتح قلب المريد لله بكل تواضع، مدركاً أنه يعتمد اعتماداً كلياً على الله، يحصل عندئذ على قدر كامل من النعمة الإلهية.

عندما تصبح حياة المريد عابقة بالتواضع، يسترعي أريج التواضع العناية الإلهية فتحل البركات على المريد وتمتلئ حياته بالسلام والمحبة.

طبيعة الإنسان الداخلية

الفكر غير محدود، إذ مهما كان مجال دراستك أو تخصصك، ما أن تضع فكرك على تلك المادة حتى ينطلق إلى ما لا انتهاء في ذلك الاتجاه، كما أنه لا توجد نهاية للحكمة أو المعلومات التي يمكن أن تستعين بها وتستفيد منها.

هل تعلمون يا أصدقاء أن كل واحد منكم يفسر هذا الكلمات تفسيراً يختلف بعض الشيء عن تفسير الآخرين لها؟ والسبب يعود إلى أن عملية التفكير تختلف من شخص إلى آخر.

ولأن الإنسان فريد بطبيعته وطريقة تفكيره، فإن تفاعله وردود فعله في أي موقف يختلف عن تفاعل وردود فعل أي شخص آخر. وطبيعته الداخلية هي مجموع أفكاره ومشاعره واستجاباته ودوافعه – وهذه بدورها تحدد نوعية مغناطيسيته أي قوة الجذب التي يمتلكها.

المغناطيسية هي أعظم قوة يمكنك من خلالها أن تجذب إليك الأصدقاء والتعاطف الودي والإرادة الطيبة.

كلنا نرغب في أن يلاحظنا الآخرون ويأخذوننا في الإعتبار، وما من أحد يريد أن يتم تجاهله أو تناسيه. وحتى الطفل يتعمد التصرف بكيفية ما في محاولة منه للفت الإنتباه.

كما نريد أيضاً أن يحبنا الآخرون ونكون موضع تقديرهم. ولكن كم منا يمنح الفهم والإعتبار للآخرين بنفس المقدار الذي نظن أننا نستحقه منهم؟

إننا نتعاطف إلى أقصى درجة مع ذواتنا ونتسامح مع أنفسنا بخصوص هفواتنا في حين نكون على أتم الإستعداد لانتقاد الآخرين وشجب تصرفاتهم الخاطئة.

هل نستطيع أن نقف أمام الآخرين ونخبرهم بكل عيوبنا منذ الطفولة؟ الجواب هو لا.

ولكن ما لم نتعلم حسن التصرف لا يمكننا أن نبيّن للآخرين التصرف الحسن.

وليس لنا الحق في أن نضيق ذرعاً بمواطن الضعف في الآخرين إن كنا نحن أيضاً نعاني منها.

العالم مليء بالراغبين في إصلاح الآخرين ولكن ليس أنفسهم. وما لم نقيّم أنفسنا تقييماً نقدياً بنّاءً فستمر الأيام والأعوام دون أن نتغير.

ما نحتاجه هو الإصلاح الذاتي، لأننا عندما نصلح ذواتنا سنتمكن من إصلاح الآلاف بقدوتنا الحسنة.

حقاً أن الأفعال أبلغ من الأقوال.

* * *

الإلهامات الروحية هي دائمة التجدد وتجلب معها طمأنينة وبهجة.

الوعي الروحي يبدأ كنسيم رقيق ثم يزداد قوة إلى أن يصبح ريحاً مباركة تكنس حطام الجهل وركام الشر وأكداس الأنانية.

هناك مؤشرات مشجعة تظهر في رغبة عدد متزايد من محبي التنوير بالإرتقاء إلى مستوىً عالمي من الإنسجام والفهم الروحي.

وعلى قدر تناغمنا مع أمواج السلام نصبح أكثر إدراكاً لطبيعتنا الروحية ولصلتنا بمصدرنا الإلهي.

الحب الإلهي ينقي الأفكار
ويصفي المشاعر
ويروحن الوعي.

الحكمة الإلهية عميقة وبسيطة وسامية، ومن يتناغم معها يمتلك بوصلة ذاتية تبين له الإتجاه الصحيح فلا يضل السبيل.

الحكمة الإلهية والحب الإلهي قريبان بقدر ما تسمح لهما أفكارنا بالقرب منا.

وكما يمدّ مولـّد كهربائي واحد أضواء المدينة بالطاقة الكهربائية، هكذا يحصل المتناغمون مع الله على طاقة نورانية تساعدهم على ملاشاة الظلمة في نفوسهم ومن حولهم.

إن الذين يحبون الله محبة صادقة ويوفقون حياتهم مع النواميس الكونية يشعرون بفيض من القوة والسلام والبركة.

نسأله تعالى أن يسكب علينا البركات والإلهامات العليا
وأن يشحن عزائمنا بالهمة والقدرة على العمل المثمر والخدمة الإيثارية
وأن نحيا في تذكر دائم له .. منبع كل خير وفضل وجود.

من الأرشيف: قصة شجرة الأماني

في سالف الأزمان عاش ناسك يدعى هاري في هندوستان وأمضى سنيناً طويلة متنقلاً في جبال الهملايا بحثاً عن شجرة نادرة تدعى شجرة الأماني.

الأساطير تقول أن هذه الأشجار العجيبة لا يعثر عليها إلا المتوحدون مكافأة لهم على تقشفهم وممارساتهم الجادة

للرياضات الروحية الصارمة. ويقال بأن لهذه الأشجار القدرة على تحقيق أماني وأشواق كل من يجلس تحت أغصانها.

الناسك هاري أحس في قرارة نفسه بأنه يستحق العثور على تلك الشجرة بفضل ممارساته الطويلة لتقشفات شتى وتذوقه الإختياري لشظف العيش والالتزام بنهج الإنضباط الدقيق الذي رسمه لنفسه.

ولكن مع كل هذه النشاطات الروحية كانت هناك دروس لم يتعلمها بعد. صحيح أنه كان يرغب في الحصول على المعرفة الإلهية ولكنه كان يمتلك أيضاً رغبات أخرى أقل شأناً.

من بين تلك الرغبات كانت رغبة العثور على شجرة أماني. فالمسالك الجبلية الوعرة أكلتْ شققة أو شققات من قدميه الحافيتين في بحثه المتواصل الحثيث عن مُنية القلب ورغبة الرغائب. وكان إحساسه الباطني يؤكد له دوماً أن تحقيق الوطر أمر حاصل وأن الشجرة بالإنتظار كثمرة طبيعية لجهوده الروحية التي تفوق طاقة واحتمال الشخص العادي.

كان صاحبنا مصيباً في حدسه. ففي إحدى الوديان في مرتفعات الهملايا عثر على شجرة ذات أوراق عريضة عرف للفور بفضل بصيرته الروحية أنها الكنز الذي طالما بحث عنه وتشوق للعثور عليه.

وعلى الفور وبلهفة عظيمة اقترب من أغصان الشجرة المرحبة وجلس تحتها. ولكي يختبر القوى الخارقة لهذه الشجرة الفريدة أغمض هاري عينيه وقال في نفسه: "إن كانت هذه شجرة أماني فلتجسّد لي قلعة حصينة!"

وما أن مرّ الخاطر في ذهنه حتى بزغ بجانب الشجرة قصر فخم تحيط به حدائق غناء فيها ما فيها من الورود الناضرة والرياحين العابقة والأشجار الباسقة.

ابتهج هاري لهذه المعجزة وغمرته نشوة الظفر بأعز أمنياته، إذ أخيراً عثر بالفعل على شجرة الأماني التي طالما بحث عنها. ولم ينتظر طويلا قبل أن يعرب عن أمنيته التالية، فقال: "أريد أن أرى من حولي جوقة من الصبايا الحلوات يقدمن لي أفخر وأشهى المأكولات على أطباق من ذهب ويسقينني شراباً ولا أطيب من أباريق فضية في كؤوس مشعشعة كالإبريز المتوهج.

ومثل لمح البصر تحققت أمنيته إذ وجد أمامه مائدة عامرة فيها من كل ما لذ وطاب في صحون ذهبية وحوريات بارعات الجمال يقدمن له ألواناً من الطعام والشراب تليق بالملوك والأمراء.

وبعد أن استمتع بالمأدبة المترفة الباذخة راح صديقنا يتفقد صرحه الجديد. فصعد الدَرَج الرخامي الصقيل وتمشى في الحجرات المرصعة بالجواهر ذات البريق الأخاذ.

أخيراً تعب ناسكنا المحظوظ من المشي فالتمس السكينة والراحة في إحدى غرف الطابق الأرضي. وكانت النوافذ المنخفضة لتلك الغرفة تظللها الأغصان المديدة لشجرة الأماني المجيدة.

وإذ استلقى على سرير قريب من النافذة لاحظ أن الأغصان الكثيفة لشجرة الأماني قد حجبت النور عن النافذة فشعر بالوحدة وتسرب الخوف إلى قلبه. ولم يقطع حبل السكون سوى بعض الأصوات التي راح يتساءل ما إذا كانت آتية من الحديقة أو صادرة عن حيوانات الغابة الكاسرة التي تسرح وتمرح وتصول وتجول خلف جدران القصر.

فقال لنفسه: ماذا لو تمكن أحد نمور الغابة من الدخول من النافذة؟ والحالة هذه سيفترسني وستكون النهاية بالنسبة لي.

وما أن راودته فكرة الخوف تلك حتى انقضّ نمر كاسر من النافذة فحمل الناسك المرعوب وانطلق به ليتعشاه وبئس المصير.

للأسف لم يكن هاري يدرك أن شجرة الأماني لا تميّز بين الأفكار الصالحة والشريرة. فغايتها هي تحقيق الأفكار التي تعتمل في نفوس أصحابها. وبالفعل فقد جسّدت شجرة الأماني التصوّر الذهني القوي للناسك هاري وتلك كانت فكرته الأخيرة.

كل إنسان يعيش تحت شجرة أمانيه التي تحقق كل رغباته. تلك الشجرة هي الإرادة. فإرادة الإنسان التي هي انعكاس للإرادة الإلهية تملك في جوهرها القوة الكافية لتحقيق آمال وأماني الشخص.

لكن من لا يعرف كيفية التحكم بأمانيه ورغباته وأفكاره فليحمد ربه ألف مرة لأن أفكاره غير المنضبطة لا تتحقق على الفور، وإلا لتسببت الرغبات الجامحة بتجسيد تلقائي لنمور كاسرة جارحة تمزق طمأنينة النفس وتسحق عظم السعادة وتجعل واحة السلام الروحي قاعاً صفصا.

وفي هذا موعظة حسنة لتركيز الفكر على الأشياء الإيجابية الطيبة أثناء الجلوس تحت أغصان شجرة الأماني التي هي ليست سوى إرادة الإنسان القوية وفكره الجبار.

وليحذر الإنسان من التركيز على، ومداومة التفكير في، الخوف والفشل والمرض والجهل خوفاً من أن تبزغ هذه السلبيات كالغيلان من ظلمة المجهول وتخلق مشاكل خطيرة يصعب التعامل معها أو التحكم بها.

الأفكار السلبية لا تجلب على صاحبها سوى الضرر، فليستبدلها بالأفكار الإيجابية إن هو أراد الخير لنفسه ولغيره. وبالله التوفيق.

* * *

إن الله يمنحنا، بالإضافة إلى الهبات المادية، الإيمان والفهم الروحي..

وللذين يتوجهون إليه ويثقون به يمنح الوعي الإلهي الأسمى.

الهبات المباركة هي تلك التي تلامس القلوب وتغير الطبائع القاسية وتوقظ النفوس من الغفلة الروحية وتشجع على التعارف والتآلف بين أبناء الأسرة البشرية الواحدة.

العارفون بالله لا يعلّمون فقط من خلال أقوالهم الحكيمة وقدوتهم المثالية، بل يمنحوننا الحب الإلهي النقي وغير المقيد بشروط. وفي نور ذلك الحب نحصل على رؤية جديدة لإمكانياتنا العليا.

يأتي أصفياء الله إلى هذا العالم ليمنحوننا معرفة من فضله تعالى، ويظهرون لنا النور الباطني الذي يأخذ بيدنا ويقودنا إلى البيت السماوي علّ قلوبنا تتحرر من كل أنواع القنوط والظلمة الدنيوية، ويشجعوننا مؤكدين لنا بأن لنا نصيباً في الميراث الإلهي وأن بإمكاننا التواصل مع الوعي الكوني.

ومع تناغم الإنسان مع خالقه تتهاوى خطاياه وتتحول نقاط ضعفه إلى قوة ويدرك أن روحه في جوهرها نقية وقريبة من الله.

عندما يشرق النور الإلهي الدائم الإشعاع على الراغب يدرك أن الجوهر الإلهي موجود في نفسه وفي الآخرين أيضاً، بالرغم من الحجب الكثيفة التي تحول دون سطوعه في النفوس الخاضعة لقبضة الوهم.

نسأله تعالى أن يمنحنا هبة الهبات: الإحساس داخل وعينا بالسلام الفائق والحب الأسمى والفرح الذي يعصى على الوصف.

ما علينا إلاّ أن نتوجه بكل محبة وثقة إلى القلب الكوني الذي لا انتهاء لحبه ولا حد لعطائه.

إن الله يريد أن يباركنا ويعطينا من فضله، لكن يتوجب علينا أن نفتح قلوبنا ونطـْـلق أشواقنا ونجعل أنفسنا متقبلين لفيضه العميم.

عندما ننادي الله بكل جوارحنا تنزاح كل المعوقات من قلق وشكوك ومخاوف ونشعر بقربنا من الله وبقربه منا.

تمنياتنا للجميع بالخير والبركة

والسلام عليكم أصدقاءنا

كن ضيفي الأبدي

يا رب، سدد خطواتي على الدروب المستقيمة
وحرّك يديّ في أعمال الخير.

وبارك عينيّ كي تبصرا ما ينبغي لي أن أراه
ودع إلهاماتك تنساب من خلال كلامي
واغدق لطفك على الآخرين من عباراتي العذبة الرقيقة.

ليتضوع شذاك من زهرة روحي
وليجتذب النفوس إلي هيكل حضورك.

لتبارك لمستك قلبي
عله يخفق بالتوافق والإنسجام مع الجميع.

اعمل من خلال أفكاري

علني آتي بالآخرين إلى ينبوع سلامك.

كن ضيفي الأبدي
واسكن معبد سكينتي وفرحي.

لن أنساكَ يا رب
ولن أسير على دروب الحياة بدونك.

لقد كنت تائهاً على دروب الزمن
فأريتني الطريق وأعدتني إليك.

امنحني الأشواق الوجدانية الغامرة
وفي صدى الإخلاص الحيّ لك
دعني أسمع صوتك المبارك.

* * *

قال المعلم مشجعاً أحد التلاميذ:

التعثر والسقوط في المطبات الخاطئة هو فقط ضعف مؤقت.

لا تفكر بأنك ضعت في متاهات الحياة ولن تتمكن من العثور على الدرب مرة ثانية، فنفس الأرض التي تسقط فوقها يمكنك استخدامها كدعم وسند كي تنهض من جديد، فيما إذا تعلمت من تجاربك.

إن تبيّنت أخطاءً محددة في حياتك وقررت عدم تكرارها، فحتى لو سقطت ثانية فإن زخم ذلك السقوط سيكون أقل بكثير مما لو لم تحاول على الإطلاق.

لا ينبغي أن نتوقع النجاح في كل محاولاتنا.

بعض محاولاتنا قد تفشل، ولكن محاولات أخرى سيكتب لها النجاح.

واعلم أن النجاح والفشل متداخلان، ولا يمكن لأحدهما أن يكون مستقلاً تماماً عن الآخر. لذلك يجب أن لا تأخذنا العزة في الغرور إن حصلنا على مقدار كبير من النجاح، ولا ينبغي أن نشعر بالتثبيط والإحباط إن تعرضنا للفشل.

* * *

يحكى أن أستاذاً مشهوراً عاش معظم حياته في حالة صحية سيئة. وقبل بلوغه سن الأربعين كان قد عانى من انهيارين عصبيين وأصيب بمرض خطير في القلب.

كان من الصعب جداً عليه مواصلة عمله، وازدادت حالته سوءاً مع مرور الأيام حتى أصبح يعاني من صعوبة بالغة في المشي وإلقاء الدروس، إذ أن أقل حركة جسدية كانت تسبب له ألماً مبرحاً وشعوراً بالإختناق.

أخيراً – طالت أعماركم- أخبره أطباؤه أن أيامه أصبحت معدودة فزاد تشخيص الأطباء من شعوره بالعجز والقنوط.

بعد ذلك بقليل حضر خلوة روحية إلهامية جعلته يرى الأمور من منظور جديد، وشعر بالقرب من الله.

في عصر ذلك اليوم ذهب ليتمشى فدخل غابة من الصنوبر وجلس على جذع شجرة ليستريح، ووجد نفسه يبتهل من كل جوارحه سائلاً الله من أعماق قلبه كي يشفيه ويحرره من عجزه الجسماني.

ثم طلب من الله أن يأتي إليه ويتولى حياته ويصحح وضعه الجسدي.

وقد قال بهذا الخصوص: "هناك في الغابة حدث لي تواصل مع الله، وشعرت أن كل خلية في جسمي كانت ترتعش بالحضور الإلهي."

بعد ذلك بأيام قليلة تمكن من تسلق جبل، وهو نشاط لم يقوَ على ممارسته من قبل، وقال بهذا الصدد: "عندما بلغت قمة الجبل فارقتني مشاعر الخوف والضعف ولم أحس بها ثانية. ومنذ ذلك الحين أصبحت أشعر أن قلباً جديداً ينبض في صدري."

وهذا ما حدث بالفعل، إذ أصبح معروفاً بحيويته وطاقاته وإنتاجه الأدبي الغزير وعاش ما يقرب من الأربعين عاماً بعد ذلك التشخيص من أطبائه.

غالباً عندما لا نجد بداً من تغيير طرق تفكيرنا وتصرفنا – إما بفعل الحاجة أو الألم – نضطر للتسليم لله والبدء من جديد، فتبدأ العملية الخلاقة وتنساب قوة الحياة دون عائق إلى أفكارنا وأجسامنا. لهذا السبب، وأثناء المعاناة النفسية أو الجسدية الحرجة يحصل التغيير الروحي الفعلي.

هناك ابتهال يدعى "دعاء التخلي" حيث يقول المتضرع:

"يا رب، في هذه اللحظة تواجهني هذه المشكلة، لكن النتيجة بين يديك يا إلهي الحبيب، فالأمر أمرك وسأقبل بمشيئتك وأرضى بما تريده لي."

طبيعي من الصعب لكثيرين الإبتهال بإخلاص على هذا النحو، إذ يعني ذلك التخلي عن الإرادة الذاتية وعن رغبات "الأنا"، وهذه من أصعب الأشياء بالنسبة للإنسان، ومن يقدر على ذلك يبرهن عن ثقة تامة بالله.

لكن هذا لا يعني أن نصبح سلبيين متواكلين، ومتوقعين من الله أن يحل كل مشاكلنا دون بذل أي مجهود من جانبنا. "وقل اعملوا" لأن الإيمان دون عمل لا حياة فيه.

إن جلس شخص في غرفة وأغلق عليه الباب وراح يؤكد لنفسه بأن الله سيغنيه دون أن يفعل أي شيء أكثر من ذلك فلن يستجيب الله لدعائه، لأنه يتحتم عليه أن يعمل كي يحصل على الثراء أو أي شيء آخر."

الإيمان الأعمى الخالي من "العمل" أو المجهود الروحي يُخمِد وهج العقل، لكن إن استخدم الإنسان عقله واتخذ

الإجراءات المنطقية وقام بالأنشطة البناءة سيحظى بالعناية المقدسة ويحصل على الإستجابة الإلهية.

* * *

الصداقة الحقة هي أعظم من أي ثروة في هذا العالم. ومن يمتلك المحبة في قلبه سيعرف الآخرين حق المعرفة تماماً كما لو كان ينظر من خلال زجاجة صافية فيرى ما بداخلها.

ومعرفة الآخرين على هذا النحو تتأتى من محبة الله ومحبة الآخرين بتلك المحبة.

* * *

في الصورة: المعلم برمهنسا مع بعض أصدقائه الهنود الحمر الذين كانوا يثمنون صداقته ويسعون للتواصل معه ويستأنسون بلقائه

كثيراً ما نجد أنفسنا عالقين في ظروف نبدو عاجزين عن تغييرها. نحاول كل ما يمكننا التفكير به، بما في ذلك الدعاء المخلص لله لتغيير ظروفنا بحسب ما نعتقد أنه الأنسب لنا. وبالرغم من ذلك فقد لا يتحقق ما نتلهف عليه سواء كان معونة مالية أو صحة أو أي شيء آخر، فيعترينا القنوط ونشعر بالخذلان.

لكن عندما لا نقدر على التواصل مع القوة الإلهية في داخلنا فذلك يعود إلى عدم فهمنا لمعنى التسليم.

كان أحد الحكماء ينصح بحل كل المشاكل عن طريق التأمل، لكن معظم الناس لا يدركون أن التأمل لا يعني محاولة الإمساك بالله أو الحصول على أي شيء آخر منه. يجب أن ندرك أولاً صلتنا بالله وأن نتخلى عن الذاتية الصغيرة أو "الأنا" التي تقف حجر عثرة في طريق حياتنا وتحد من انسياب القوة الإلهية إلينا.

هناك قصة عن امرأة ظلت عاجزة معتلة لثماني سنين، وكانت تصلي لله باستمرار ليشفيها كي تتمكن من القيام بعملها. أخيراً أصيبت بالإحباط جراء ما بدا لها أنها محاولات عقيمة وسلّمت أمرها لله مبتهلة على النحو التالي:

"أضع حياتي بين يديك يا رب. فإن أردتني أن أظل كسيحة مقعدة فهذا شأنك، لكنني أريدك أكثر من العافية، والأمر لك فيما تريد وتفعل."

وفي غضون أسبوعين تعافت بالكامل وغادرت سرير المرض.

هذا قد يبدو متناقضاً، لكن الفكرة الأساسية هي أننا غالباً ما نحاول الطلب من الله كي ينفذ إرادتنا بدلاً من التسليم لإرادته. فالابتهالات الصادرة عن إرادة ذاتية ورغبات أنانية تسد قنوات الدعاء. أكيد أن الله يساعد الذين يساعدون أنفسهم، وكلما قمنا بتمرين إرادتنا المتناغمة مع الإرادة الإلهية كلما جلبنا المزيد من القوى المباركة إلى حياتنا.

لكن في بعض الأحيان لا تكون إرادتنا موجهة بالحكمة، ومع ذلك نصرّ على الحصول على شيء ليس من صالحنا الحصول عليه، فلا يتدخل الله لتغيير ظروفنا.

مواردنا الذاتية قد تكون كافية أحياناً للتعامل مع ظروفنا، لكن فيما بعد تواجهنا أمور خطيرة لا قدرة لنا على تغييرها، فنجد أنفسنا في مأزق. لكن إن تمكنا من إزاحة "الأنا" جانباً وصلينا بصدق وإخلاص: "لتكن إرادتك يا رب وليس إرادتي" نفتح قلوبنا لفيض الهداية فتنساب إلينا القوة الإلهية ومعها بركات غزيرة.

وبالرغم من بذل كل ما بوسعنا لحل مشكلاتنا يجب أن ندرك أن القوى البشرية محدودة وأنه يتعين علينا أن نفتح نفوسنا لقوة الله غير المحدودة، لكن على ما يبدو ينبغي لكثيرين أن يعانوا العجز التام قبل أن يدركوا هذه الحقيقة.

هناك ترنيمة مفادها: "عندما أعلقُ تأتي كي تحررني"

وتلك هي طريقة الله ليعلمنا أنه في نهاية المطاف هو وحده القادر على تغيير الظروف العصية وحل المشكلات المستعصية.

* * *

مع أن الله يستمع لكل ابتهالاتنا (كي يفتقدنا بزيارة)
لكنه لا يستجيب دوماً.

إن حالتنا تشبه حالة الطفل الصغير الذي ينادي أمه
لكن الأم لا تجد ضرورة في أن تأتي إليه،
فترسل له لعبة كي يتلهى بها ويسكت.

ولكن عندما يرفض الطفل أن يتعزى بأي شيء آخر
سوى حضور الأم نفسها، تأتي إليه.

وبالمثل، من يريد التعرف على الله
يجب أن يكون كذلك كالطفل
الذي لا يرضى عن حضور الأم بديلا.

تنمية المغناطيسية

باستطاعة الشخص أن ينمّي المغناطيسية التي يختارها سواء لاجتذاب قوة الله العليا، أو لتحصيل القوى العقلية أو لجذب الضرورات الحياتية اليومية.

لقد منح الله الإنسان جسداً ويجب أن يعتني به ولكن من ينمّي ويستخدم مغناطيسيته في تحصيل الأشياء المادية والقوة العقلية لا غير سينخدع في النهاية. أما الذين ينمّون المغناطيسية الروحية فإن تلك القوة المباركة ستهتم بهم وتحقق كل احتياجاتهم المادية.

هناك قانون كوني يعمل بفعالية وقد جرّبته في حياتي وتأكدت من عمله.

من الضروري أن يمتلك الشخص جسماً قوياً معافىً يستجيب لأوامر العقل. تصوروا شخصاً متثاقلاً، فاقد الهمة،

يذهب إلى عمله دون طموح أو نشاط.. ثم تصوروا حصاناً على أهبة الجري في حلبة السباق لمجرد حصوله على إشارة بالإنطلاق. هكذا يجب أن يكون الجسم.

أحياناً نلاحظ بعض المتقدمين في السن بصحة جيدة وبهمة الشباب،
أجسامهم تبدو فتية ومليئة بالمغناطيسية، إذ بالرغم من سنهم فإنهم يتمتعون بشخصيات جذابة.

الجلوس بتراخٍ و"انجعاء" يُذهب الحيوية.. لاحظوا الكيفية التي يجلس بها الناس في مقاعدهم..بعضهم يبدو متراخياً ونعساناً، بحيث ما أن تراه حتى تشعر بالتعب. شخص آخر يجلس باعتدال فتعرف أنه ذو حضور متوقد وما أن تنظر إليه حتى تتجاوب معه.

من يسمح لنفسه بالجلوس بتراخٍ وبلا مبالاة يساهم بتقوّس وانحناء عموده الفقري من خلال الجلسة غير الصحيحة وهذا النوع من الجلوس يؤثر أيضاً على الحالة النفسية ويجعل الفكر سلبياً.

الذين يجلسون باستقامة واعتدال هم أكثر إيجابية وتفاؤلاً. أما الذين لا يستطيعون – بسبب حالات خاصة – من الجلوس باعتدال فيمكنهم التعويض عن ذلك بتفاؤلهم ونظرتهم الإيجابية وحضورهم الذهني القوي.

ركز ذهنك دوماً على الشيء الذي تقوم به مهما بدا صغيراً وعديم الأهمية، وفي نفس الوقت احتفظ بعقلك مرناً بحيث يمكنك تحويله إلى اهتمام آخر إن دعت الضرورة. ولكن علاوة

على هذا وذاك افعل كل شيء بتركيز تام لأن ذلك من شأنه تنمية مغناطيسيتك بشكل كبير.

معظم رجال الأعمال الناجحين في أي مجال يعرفون جيداً كيف يستخدمون القوة المغناطيسية.

ضبط النفس يمنح مغناطيسية وكذلك امتلاك عقل متوازن غير متأثر بالعواطف والانفعالات.

يجب تحويل الإنفعال العاطفي إلى قوة.. إلى نشاط ذهني.. ويجب أن تتحكم الحكمة بالعواطف حتى تظهر المغناطيسية.

الذكاء الممزوج بالعاطفة يخلق المغناطيسية. صاحب المغناطيسية يتكلم بثقة.

إنه يتكلم كلاماً عقلانياً لكنه يشرّب كلامه بالعاطفة. يجب أن نكون مخلصين في كل ما نقوله ونفعله لكن الإخلاص لا يعني إزعاج الآخرين وإحراجهم.

الخضار والفواكه لها خواص مغناطيسية، لا سيما الفاكهة فهي لا تعرقل أو تعيق عملية الهضم، في حين أن الإفراط في تناول البروتينات والنشويات يساعد على ترسّب السموم في الجسم.

أي عضو مريض سيخلق عدم توازن في الجسم. يجب إبقاء المعدة بصورة خاصة سليمة ومعافية، على سبيل المثال الغازات في المعدة تسبب المضايقة وبالتالي تؤثر سلباً على المغناطيسية.

كما أن استهلاك كميات كبيرة من الطعام له مضاعفات غير مستحبة في حين يساعد الصيام على إظهار المغناطيسية وكذلك الإستغناء عن بعض الوجبات بين الحين والآخر لكن هذا لا يعني تجويع النفس لدرجة الإضرار بالصحة.

الذين يأكلون اللحم ثلاث مرات في اليوم عيونهم كليلة ومغناطيسيتهم قليلة.. ومع ذلك فالغذاء الصحيح وحده لا يكفي بل الحاجة تمس للتفكير السليم والتصرف النبيل والسير باستقامة على دروب الحياة.

* * *

إن وثقت على الدوام

ثقة تامة لا يتطرق إليها الشك

بأن قوة الله تعمل في داخلك

خلف أفكارك وابتهالاتك وقناعاتك

لتمنحك قوة غير محدودة

لمواجهة كل ظروف الحياة

وإن آمنت بأن الله معك

وعنايته تواكب خطواتك

فستشعر دوماً ببركاته

وتلمس حضوره

في كل مناحي حياتك

* * *

الله محبة وخطته للخليقة لا يمكن أن تكون منبثقة عن، أو متأصلة في أي شيء آخر غير المحبة . ألا تمنح تلك الفكرة البسيطة القلبَ البشري عزاءً وأملاً أكثر من أي منطق آخر؟

إن كل العارفين الذين نفذوا إلى لب الحقيقة شهدوا بوجود خطة إلهية كونية وأنها جميلة ومليئة بالمسرات.

لقد خلقنا الله ملائكة من الطاقة، مغلفين بتيارات من الحياة، تسري عبر المصابيح الجسدية.

لكن نظراً لتركيزنا على هشاشة ووهن المصباح الجسدي، نسينا كيف نشعر بالخصائص الخالدة وغير القابلة للفناء لطاقة الحياة الأبدية الموجودة داخل المصباح الخاضع للتقلب والتغيير.

عندما تتخطى وعي هذا العالم،
مدركاً أنك لست الجسد ولا الفكر
ومع ذلك تبقى على دراية بوجودك
فطبيعتك الحقيقية هي ذلك الوعي النقي الطليق
الذي يحوي كل ما في الكون.

الحب الإلهي يصفّي كل الرغبات المادية ويحولها إلى طموحات نبيلة وتطلعات سامية، ويشفي القلب من الآلام التي غالباً ما تسببها الارتباطات غير القائمة على أسس ثابتة من المحبة الراسخة والفهم الأكيد والاحترام المتبادل، أو تسببها وفاة شخص عزيز,

عندما نحب الله محبة تامة لا يمكننا أن نرضى بأي حب آخر ما لم يكن جزءاً من ذلك الحب الأعظم، وفي تلك المحبة الإلهية سنجد حب كل القلوب لأن الله هو مصدر الحب في الكون.

كل ما يمنحه لك العالم ثم يأخذه منك ليتركك في حسرة أو ألم أو إحباط تجده في الله بمقدار أكبر بكثير .. ودون تبعات من الخيبة والأسى.

إنني أرمي بشبكة أشواقي
في بحر فكري الفسيح.

كثيراً ما أفلتت مني
أيها الحب الإلهي
أيها الصيد الثمين!
ومع ذلك فإنني أتابع الغوص
في أعماق السلام.

وبلا توقف أرمي بشباك حبي نحوك
الواحدة تلو الأخرى
ولا بد أن أصطادك يوماً في
شبكة حنيني اللامتناهي لك.

شبكة حبي هذه أرميها في كل مكان..
فوق أمواج الحياة المتلاطمة
وحول النجوم المتوامضة
وفي لجج النفوس الطيبة.

كل ما أعرفه هو أنني صياد
وسأتابع محاولتي الإمساك بك
يا أعز منية وأعظم كنز في الوجود!

* * *

لا قدرة للمعالجين الروحيين العاديين أو للكهنة على غفران الخطايا أو تحرير الخاطئين الذين يقصدونهم طلباً للنصح، إذ كل ما يقدرون عليه هو منحهم وصْفاتٍ روحية ليس أكثر.

أما العارفون بالله فقد بلغوا مراحل روحية متطورة جداً بحيث لا يكتفون بتقديم النصح الروحي وحسب للخاطئين، بل يمكنهم – بفضل الله وعونه - شحنهم بالقوة الروحية التي تحررهم من نتائج أعمالهم الآثمة.

إن كل الأعمال الصالحة والشريرة كامنة في خلايا الدماغ وتظهر على هيئة عاداتٍ أو نزعات صالحة أو شريرة في الفكر.

الإنسان الذي يعاني من عادات غير سليمة بسبب خلايا دماغه المشحونة بقوة تلك العادات يمكن تحرير نفسه بقوة الإرادة والتأمل والدعاء الصادق والتأكيد الإيجابي المتواصل إلى أن تتحول كل عاداته غير المرغوبة إلى عادات طيبة من السلام والهدوء.

هذا يحدث عندما تعمل قوة الحياة الموجّهة توجيهاً صحيحاً على تغيير الطبيعة غير السوية لخلايا الدماغ بحيث تصبح تلك الخلايا مفعمة بكل ما هو طيّب وصالح وجميل.

وهذا يعني أن خلايا الدماغ المليئة بالأفكار المغلوطة تكتوي بالنشاط الحيوي عند استجماعه بقوة في الدماغ واستخدامه للأغراض النافعة النبيلة.

الشخص المرتبط بقوة مع جسده المادي يستبقي على النشاط الحيوي منشغلاً بعضلاته وحواسه، لكن ذا الميول الروحية التأملية يُبقي عضلاته وجسده في حالة من الإسترخاء الناشط، وفكره بعيداً عن الحواس بحيث تكف قوة الحياة عن البقاء في الجهاز العصبي وتتجمع في الدماغ.

لهذا السبب فإن التأمل هو الوسيلة الأنجع لروحنة خلايا الدماغ واستئصال جذور أية عادة غير مرغوب بها من الفكر.

العادة قوةٌ، والناس يسيؤون استخدام تلك القوة باقتراف الأعمال الشريرة بدلاً من توظيفها في أعمال الخير.

إن الجهل، وعدم التروي، وعدم انتقاء المعشر الحسن، وإهمال الأعمال الطيبة، كل هذه غالباً ما توقع الشخص في أشراك وشباك العادات السيئة الشبيهة بالرمال المتحركة التي تبتلع السائر فوقها رغماً عن إرادته.

إن تأثير الصحبة لأقوى من قوة الإرادة ومن التمييز السليم:

(لا تصاحبْ من الأنامِ لئيماً .. ربما أفسدَ الطباعَ اللئيمُ)

الحكماء يتصرفون تصرفاً نبيلاً دون مجهود، أما محبو الأذى فيبدوا أنهم مجبرون على القيام بأعمال مشحونة بالضرر

والأحقاد بفعل قوة العادة التي ترغمهم على مقارفة الإثم وارتكاب الشرور.

نسأله تعالى أن يلهمنا الأفكار الطيبة
كي نبصر الخير والجمال
ونميّز بين النافع والضار
وكي نتوجه إليه
ونتأمل عليه
مصدر كل خير
وينبوع كل صلاح

* * *

خلف ظلال هذه الحياة يكمن نور الله المدهش العجيب.

الكون بأسره معبد فسيح الأرجاء لحضوره المبارك.

عندما نفكر بالله تفكيراً جاداً معمقاً..
ونحبه محبة فائقة..
ونثق به ثقة مطلقة..
تنفتح أمامنا أبواب لا حصر لها.

وعندما نبصر نوره
ونلامس حضوره
لا تستطيع كل أحداث الحياة المريعة المرعبة
أن تسلبنا السلام والطمأنينة
اللذين نشعر بهما بالقرب من الله.

* * *

في الحياة وفي الممات
في المرض والمجاعة
أو الفاقة والشقاء..
وفي تقلبات العالم واضطرابه وهيجانه
أعتصم بك يا رب.. على الدوام.

ما هو الحب؟
الحب هو عبير الزنابق المتفتحة
وكورس الورود الصامتة
المحتفية بجمال الطبيعة.

الحب هو أغنية الروح تنشد للحياة
ورقصة الكواكب الإيقاعية المتزنة
في انطلاقتها الدائمة في الفضاء السحيق.

إنه ظمأ الزهور لارتشاف أشعة الشمس
وتورّدها وارتواؤها بإكسير الحياة.

إنه شوق الأرض
لتغذية الجذور العطشى بلبنها
وإرواء الصنوف الحية بعصارة الحياة.

إنه إرادة الشمس الجبارة
لإبقاء كل الكائنات مفعمة بالنشاط.
وهو دافع الحياة
لتوفير الحماية والرعاية للقاصرين.

إنه بسمة البراءة تستمطر الحنان الأبوي على الرضيع
وهو الإذعان التلقائي في قلوب المحبين
لتقديم الخدمة والعزاء دون مقابل..

إنه نبض الصداقة
الذي يجبر الخواطر الكسيرة ويشفي الجراح..
وهو نداء القلوب الذي يعصى على الوصف.

إنه الشاعر المترع بحب الإنسانية
المتألم لشقائها..

إنه دائرة الألفة بين أفراد الأسرة الواحدة
دائمة التمدد والإتساع نحو مساحات أوسع
ومجالات أرحب..

إنه همسة الحياة
في آفاق العقول المتفتحة
وسماء القلوب المرصعة بنجوم المشاعر النبيلة.

الحب هو نعيم الروح
الذي تصبو إليه النفوس المُحبة
وتحن للتوصل إليه والتواصل معه.

* * *

الموت – طالت أعماركم - ليس النهاية، بل هو تحرر مؤقت يُمنح للإنسان عندما يقرر قانون العدل الكوني أن جسده الحالي وبيئته قد أديا الغرض منهما، أو عندما يصبح شديد الكآبة أو الإرهاق أو المعاناة بحيث لا يقدر على تحمل المزيد من أعباء الوجود الأرضي.

بالنسبة للمتألمين، الموت هو قيامة أو ابتعاث من عذابات الجسم الأليمة إلى يقظة السلام والسكينة والراحة.

بالنسبة لكبار السن، هو تقاعد اكتسبوه بسنين من الكفاح والعمل الجاد في معترك الحياة.

وبالنسبة لكل النفوس الطيبة هو استراحة مرحب بها.

آن للإنسان أن يفعّل القوى الكاشفة للحقائق في داخله. فالسعادة مقترنة بذلك الكشف وعلى الراغبين في بلوغ تلك الآفاق الذاتية بذل المجهود الهادف وتغذية العقل بالأفكار الخلاقة لملامسة ما أودعه الله بهم من حقائق والإستفادة من القوى المباركة التي يزخر بها كيانهم.

من يرغب في إشباع الحواس المادية دون تذوق لرحيق السعادة الروحية
من الينبوع الإلهي مصدر كل رضاء ومسرّة يستثمر استثماراً خاسراً فتبور تجارته ويكون محصوله المعرفي هزيلا.

الراغبون في التعرف على الله سيحقق الله رغبتهم لأنه كريم جوّاد لكن معظم الناس يهرولون خلف رغبات دنيوية

يعللون النفس بسعادة مادية لا دوام لها فيعانون بسبب عدم تحقيقها.. أو بسبب تحقيقها!

وحتى الناجحون مادياً سيشعرون في نهاية المطاف بفراغ في حياتهم يصعب ملؤه. أما الذين يقرنون حياتهم بالله فهم أثرياء أقوياء ويتمتعون بالرضاء والرخاء.

إن عدم الإمتثال لوحي الحكمة وإغفال الإصغاء لصوت الضمير يقودان إلى دورب ملتوية، زلقة ومحفوفة بالمخاطر والشقاء في حين يفضي السير على درب الرشاد إلى التحرر من القيود المكبّلة وامتلاك القوة اللازمة لعمل الصواب لا ما تمليه الغرائز الضالة والعادات المضللة.

بإمكان الباحثين عن السعادة الإستفادة من خبرة الحكماء الذين عالجوا معضلات الحياة وتوصلوا إلى إيجاد الحلول لها.

حقاً أن من ينسجم مع المقاصد الإلهية يعوم في بحر من القناعة والطمأنينة وأنه لذو حظ عظيم.

* * *

كل فكرة نفكرها تخلق اهتزازاً محدداً.

عندما تفكر بالله بكل كيانك وذهنك وجوارحك - وتهمس بعقلك وقلبك "يا رب" مراراً وتكراراً في داخلك، تشكّل بذلك اهتزازاً قوياً يستجلب الحضور الإلهي إلى حياتك.

عندما ندرك بأن الله هو حبيبنا الأزلي وصديقنا الدائم وأن محبته لنا أعظم من أية محبة أخرى، عندئذ نشعر بقربه ونلامس حضوره فتطمئن قلوبنا ونشعر بسلام روحي فائق.

عندما تتأمل على الله وتشعر بخفقات متزايدة من الفرح في قلبك وفي كل جسمك، وتأتيك هبّات من ذلك الفرح بين الحين والآخر، فاعلم أن الله قد استجاب لأشواق قلبك وأن أحاسيس الغبطة التي تختبرها هي البرهان على تلك الإستجابة المباركة.

العادات هي أدوات وآليات سيكولوجية تلقائية الحركة تساعد في إنجاز أعمال ضرورية بيسر وسهولة.

كثيرون يسمحون لعادات الضعف والفشل باستعبادهم، وبإمكان الإنسان أن يحمي نفسه إذا ما عاش بكيفية مغايرة لذلك، شرط أن يكون جاداً في مكافحة العادات الضارة حتى يبلغ بر الأمان وشواطئ الظفر.

الرغبات ذات الجموح تشجع العادات غير الصحية عن طريق تغذيتها وتعليلها بالآمال والوعود الزائفة لسعادة وهمية ورضاء لا دوام له.

في تلك اللحظات.. لحظات الضعف والحيرة.. على الراغب في التغلب على العادات الجامحة أن يستنفر قواه التمييزية كي يدرك طبيعتها الحقيقة ويحسن التعامل معها.

العادات السيئة عواقبها وخيمة وثمارها مريرة وسامة.

هذه العادات الهدامة إذا ما بقيت دون ضابط يضبطها ستزداد قوة بحيث تستبقي على الشخص في قبضتها القوية ونفوذها الكاسح.

وما أن يقتنع العقل بعقم ومضار تلك العادات حتى يخف تأثيرها وتزول بالنهاية من حياة الإنسان.

مثلما نفكـــــر هكذا نحن

فالميول المألوفة لأفكارنا تقرر ماهية مواهبنا وقدراتنا وشخصيتنا.

البعض يفكـــــرون أنهم كتاب أو فنانون أو نشيطون مجتهدون أو كسالى خاملون، وهكذا دواليك. لكن ماذا لو أردت أن تكون غير ما أنت هو الآن؟

قد تجادل أن البعض ولِدوا بمواهب خاصة تفتقر إليها لكن ترغب بامتلاكها. هذا صحيح. لكنهم عملوا على تنمية تلك القدرات أو الرغبة بامتلاكها من قبل. إن لم يكن في هذه الحياة ففي وجود سابق.

ولذلك، يجب أن تبدأ الآن بالعمل على رسم معالم ما تريد أن تكونه.

بإمكانك أن تغرس وترسّخ أي توجّه في وعيك الآن، شرط أن تضخ فكرة قوية في عقلك، وعندئذ ستمتثل أفعالك ويستجيب كيانك بأسره لتلك الفكرة ويعمل بموجبها.

* * *

يولد الوعي الروحي في مهد المحبة التي هي أعظم بما لا يقاس من قوة الكراهية المدمرة.

فما نقوله أو نفعله تجاه الآخرين يجب أن يكون مدفوعاً بالمحبة.

يجب عدم إيذاء الغير وعدم إدانتهم بل محبتهم ومقاسمتهم ما يجود الله علينا به من نعم.

الأشياء التي نملكها هي ليست لنا في الحقيقة، بل مُنحت لنا لكي نستخدمها مؤقتاً، وستؤخذ منا عندما نغادر هذا العالم.

يجب أن نترفع عن وعي التملك وأن نعطي ما نقدر عليه وعندئذ سنجلب تلقائياً الخير والبركة لأنفسنا. من يعطي يُعطى له.

مرات كثيرة لم يكن معي فلس واحد لكن اعتمادي كان على البنك الإلهي وقد رافقتني البحبوحة المقدسة وعضدتني القوة الإلهية.

إن إيماني المطلق بالله وبعونه هو ضمانتي القصوى في الحياة، فهو لم يخذلني ولم يخيب رجائي أبداً.

عندما تمتلك الوعي الروحي، فأينما ذهبت، ومهما كانت حاجتك سيعمل القانون الكوني على تحقيقها لك.

معاينة الخليقة بعيون مبصرة

المعلم برمهنسا يوغانندا

الترجمة: محمود عباس مسعود

عجيبٌ حقاً كون الله هذا! ففيه يصور الله ويجسّد روائع خليقته. يجب أن لا يسير الإنسان كالميت في هذا العالم، بل عليه أن يمعن النظر.. يحلل ما يراه ويقدّر ما فعله الله وخليفته الإنسان على هذه الأرض. يا لدقة التركيبة الكونية! فطريقة خلقنا والأسلوب المنظم الذي بواسطته تعمل آلية الخليقة طبقاً لناموس كوني هما غاية في الدقة والإتقان (صُنع الله الذي أتقن كل شيء).

كلنا نرى الأزهار ونستمتع بحسنها ورقتها، ولكن من له القدرة على معرفة السر من وجود الزهور؟ يجب أن يتفكر الإنسان ويتأمل الوسائل والمواد المكونة لكل ما يراه كل يوم، سواء كان كتاباً أو آلة موسيقية أو بيتاً أو شجرة.

السيارات على سبيل المثال تؤخذ باللامبالاة. لكنك لو زرت المصانع التي يتم فيها تجميع قطعها وإنتاجها لأدركت كم هي معقدة ودقيقة التركيب . تأمل أيضاً ما يدخل في صناعة أوراق الصحف اليومية والآلات التي تقوم بطبعها. ما من يد بشرية تستطيع العمل بمثل تلك السرعة.

وإن كانت الأشياء التي من صنع البشر على هذا الجانب الكبير من التداخل والتعقيد، فما بالك بالتعقيد اللامتناهي لتكوين النبات والحيوان والبشر!

إن عشر سنوات تلزم لدراسة علوم الطب من أجل فهم تكوين ومتطلبات الجسد الذي يبدو شيئاً اعتيادياً.

عندما تكون النبتة في مرحلة النمو الأولى في الماء داخل وعاء زجاجي تكون الجذور أشبه بشعيرات نحيلة. أما لدى

غرسها، فبواسطة الطاقة المشحونة بالذكاء الإلهي والموجودة في الجذور تمتص النبتة من التربة والماء الغذاء اللازم لنموها.

أليس من المدهش حقاً أن تنساب العصارة التي تغذي الأوراق في النبات إلى أعلى بعكس الجاذبية؟ لدى نزع القشرة عن ساق النبتة أو جذع الشجرة يستطيع الواحد أن يرى العمل المعقد للأنابيب التي تنظم انسياب تلك العصارة. فالذي يواصل عملية التغذية والنمو هذه هو سرٌ يدعى الحياة.

عندما أكون في الوعي الإلهي أبصر هذه الحياة حتى في ألياف العشب. لم أحلم بأنني سأتمكن من معاينة تلك الروائع المخبوءة للخليقة. والتأمل في هذه الأعاجيب معناه الوقوف برهبة وخشوع أمام عظمة الله وجلاله.

(ومشيتُ مشيةَ خاشعٍ متواضعٍ

للهِ لا يَزهى ولا يتكبرُ)

فبدقة متناهية قضت الإرادة الإلهية بتكوين شكل كل كائن حي، مع كل المستلزمات التي تمس لها الحاجة لإعالة وصيانة ذلك الشكل والإحتفاظ به في حالة جيدة وقادرة على أداء وظائفه. فلو حدث أي نقص في تلك المتطلبات الغذائية مثلا لعانت الكائنات النباتية والحيوانية والبشرية جرّاء ذلك.

الشخص العادي يستخلص من طعامه كل العناصر الكيماوية المتنوعة التي يحتاج لها الجسم. لكن هناك العديد من مخالفي قواعد التغذية الذين لا تحتوي وجباتهم على كل العناصر اللازمة أو على التوازن الغذائي الضروري للصحة للجيدة. التغذية غير الملائمة هي من الأسباب الرئيسية لكل الأمراض في الإنسان. فالنقص الغذائي يُحدث تأثيراً يمكن معاينته على الفور تقريباً في نبتة تم استبعاد بعض المواد الكيماوية الضرورية من غذائها.

هناك تبادل حيوي بين الإنسان وكل الكائنات الحية. فالتبادل المشترك بين الإنسان والحيوان هو أمر معلوم. الإنسان يتنفس

الأوكسجين ويطرح ثاني أكسيد الكربون بينما الأشجار تمتص وتختزن ثاني أكسيد الكربون والماء اللذين يتحللان بواسطة التمثيل الضوئي من أجل تكوين الكربوهيدرات (المركب من عناصر الكربون والأوكسجين والهيدروجين كالنشويات والسكريات).

وفي هذه العملية تطلق الأشجار الأكسجين الضروري للإنسان. التمثيل الضوئي يتوقف في الليل كونه يعتمد على ضوء الشمس. ومع ذلك فبواسطة عملية أخرى تدعى التنفس تطلق الأشجار على الدوام ثاني أكسيد الكربون في الجو وخاصة في الليل أثناء غياب التأثير المقاوم للتمثيل الضوئي الماص للكربون المنتج للأكسجين.

في الليل يكون الهواء هادئاً على العموم ويترسب ثاني أكسيد الكربون الثقيل قرب الأرض. ولهذا فإن عادة النوم على الأسرّة، أي فوق مستوى الأرض قد استحدثت جزئياً بسبب ذلك.

لقد أطلعنا العلم على الكثير من الآليات المعقدة لهذا الكون.. على العناصر التي نتكون منها جميعاً. لكن هناك معرفة واسعة بحاجة لأن يُكشف النقاب عنها. فلو نمّينا القوى الكامنة للأعضاء الحسية لتمكنا من الحصول على إدراك وفهم أكثر عمقاً وغزارة. هناك أمور ينبغي أن نراها بعيوننا لكننا لا نبصرها. أشياء يجب أن نسمعها بآذاننا لكننا لا نسمعها لأن حواسنا معتادة على اختبارات العالم المادي الكثيف المحدود ومرتبطة بها.

التحرر من ذلك التعلق ليس نفياً للمتع الحسية، بل هو توسيع لمجال قدراتنا الحسية - - الموهوبة لنا من الله – إلى أقصى إمكانياتها الروحية.

على الصعيد المادي اكتشف الإنسان طرقاً شتى لتقوية قدرته البصرية. العين المجردة تستقبل انطباعات محدودة من اللون، ومع ذلك فإن بعض القطع الصخرية ذات اللون الأسمر الفاتح تظهر ألواناً متلألئة تحت الأشعة ما فوق البنفسجية. ولدى حجب تلك الأشعة تسترد الصخور لونها الأصلي القاتم. إن ألواناً

عديدة في العالم المادي كزرقة السماء هي خداع بصري يحدثه انعكاس الضوء على صنوف مختلفة من جزئيات المادة. وبما أن العين لا يمكنها التقاط سوى مرتبة محدودة من الإهتزاز الذي يشكل كل ما في الكون لا يبصر الإنسان الأطياف الأثيرية اللطيفة المحتجبة في كل ما هو حوله. ولو رأيتها لتعجبت من رونقها وجمالها. إن أبهى الألوان الأرضية تبدو قبيحة وكثيفة مقارنة بالألوان الرائعة للعالم الكوكبي أو الأثيري.

وهكذا فلا العين ولا الأذن يمكنهما التقاط كل ما يمكن التقاطه. لا قدرة للإنسان على استنشاق الروائح الأثيرية الزكية أو مشاهدة أعداد لا تحصى من الأشكال والصور اللطيفة والانطباعات الرقيقة المتماوجة في رحب الأثير.

غالباً ما يعجز الإنسان عن إدراك حتى الأشياء التي تقع ضمن مجال إدراكه الحسي. الأشخاص ذوو العيون المبصرة يتذوقون الجمال في كل مكان. آخرون يتصرفون كما لو لم تكن لهم أعين لا يبصرون ولا يعون {صمٌ عميٌ بكمٌ فهم لا يعقلون } لأنهم يعجزون عن معاينة أي شيء حتى في الأماكن الجميلة.

عندما زرت المكسيك ورأيت "الحدائق العائمة" لبحيرة زوكيميلكو ملأ حسنها قلبي وأحسست بروعة وعظمة الفنان الإلهي. كان هناك شخص آخر يبدو مستغرقاً بتلك المحاسن الطبيعية، لكن شعوراً باطنياً أوحى لي أنه لم يكن يشاهد ما كنت أراه. سألته عن انطباعه عن تلك المرائي البهيجة فأجاب: "كنت أفكر في طريقة ناجعة لتصريف المياه بغية استثمار المزيد من الأرض."

وبصفته مهندساً فقد كان ينظر للبحيرة من منظوره الشخصي. وهكذا فإننا ننظر للأشياء طبقاً لأفكارنا وطباعنا الخاصة.

إن كل نفس مغلفة باهتزازات مختلفة من أحاسيس وأفكار ومشاعر.. كل العوامل التي تساعد على تكوين شخصية أو وعي الشخص. لكل واحد تركيب مختلف.. اهتزاز مختلف. كل الأشياء

التي فعلها الشخص منذ الطفولة ما زالت محفوظة في الدماغ بصورة كبسولات مضغوطة من الميول والنزعات. وبما أننا لا نرى هذه الكبسولات غير المنظورة فإننا ندهش لتصرفات البشر كل على هواه. البعض يستخفه الطرب دون سبب أو يغضب ويتعكر مزاجه بكيفية لا يمكن تعليلها حتى من قبل الشخص نفسه. آخرون دائمو الإنهماك بالانتقاد أو القلاقل وترويج الإشاعات وفضح الآخرين في حين أن بيوتهم النفسية بحاجة إلى الكثير من التعزيل والتنظيف. تلك النزعات النفسية تطمر النفس وتحول دون إظهار الشخص لمزايا ذاته العليا. يا لتعقيد البشر وتقييدهم لأنفسهم! إن كل شخص هو بحد ذاته رواية متعددة الفصول، متشابكة الأحداث ومتنوعة المَشاهد.

بالإضافة إلى الأكل والنوم والعمل يُتوقع من الإنسان أن يحصل على شيء ذي بال من هذه الحياة. المفكرون يتأملون ما حولهم فيدهشهم ما يرونه. إنهم يمعنون النظر ويتساءلون عن سبب حدوث الأشياء أو عدم حدوثها بكيفية معينة. على سبيل المثال نحصل على طاقم أسنان أول ثم على طاقم ثانٍ، فلماذا لا نحصل على طاقم ثالث أيضاً؟ لماذا يعمل هذا النظام بهذه الكيفية؟

الإنسان يتقبل الكثير من الأفكار الوهمية للمحدوديات الطبيعية دون تساؤل جدّي وبذلك يسمح لتلك الأفكار بالتحكم في حياته ومصيره. المفكرون لا يقبلون بواقع الحال بسهولة، بل يبذلون قصارى جهدهم لتغييره، وهذا بالضبط ما يجعل التقدم ممكناً.

إنني أبتهج عندما أرى الإنجازات والمخترعات البشرية النادرة التي تخدم الإنسان بطريقة أو بأخرى. كم من العجائب صدرت عن العقل البشري! ومع هذا يبقى العقل نفسه أكثر تعقيداً من كل ما أنتجه.

هناك حكاية عن ملك كان يختص وزيره الأول بتقدير ومودة كبيرين مما ولـّد الغيرة والحسد في نفوس باقي رجالات البلاط

الذين لاحظوا محاباة العاهل الواضحة. وإذ أدرك الملك ذلك أراد أن يبيّن لهم السبب من كون الوزير الشخص الأثير لديه.

وذات يوم سمع الملك وحاشيته عزفاً موسيقياً قادماً من بعيد، فالتفت إلى أحد حجّابه قائلا: "استطلع لنا الخبر."

بعد مدة وجيزة عاد الرجل وقال أن ذلك كان موكب زفاف. فاستعلم الملك "زفاف من؟" فلم يحر الحاجب جواباً.

بعدها أرسل حاجباً آخر وعاد بالجواب لآخر سؤال طرحه الملك، لكنه لم يستطع الإجابة على أسئلة أخرى. وحدث نفس الشيء مع عدة رجال.

أخيراً استدعى الملكُ وزيره الأول وطلب منه الذهاب والوقوف على حقيقة الأمر. فانطلق على الفور ولدى عودته أمطره الملك وابلاً من الأسئلة تمكن الوزير النبيه والأمين في أداء عمله من الإجابة عليها كلها بتفصيل دقيق يبعث على الإرتياح.

كثيرون من ذوي الفهم البطيء والذهن البليد يشبهون الحُجّاب الجاهلين. هم ليسوا بالضرورة أغبياء لكنهم كسالى فكرياً لدرجة أنهم لا يبذلون أدنى مجهود خارج نطاق الضرورة القصوى. إنني أعذر الكسل الجسدي إذ قد يكون هناك سبب فسيولوجي مبرر، لكن لا عذر للخمول الفكري! ذوو البطالة العقلية لا يرغبون بالتفكير لأن حتى التفكير يبدو بالنسبة لهم عملاً شاقاً.

الفكر مدهش عجيب. لا يمكن لأحد أن يصنف نزعات العقل ومدركاته. قدراته لا متناهية. ولذلك إن أنعمت النظر وتعمقت بالتفكير حول أي موضوع فستحصل على الجواب لأي سؤال يتعلق بذلك الموضوع.

يجب أن يكون شعورك متناغماً مع تفكيرك. فإن لم تقرن شعورك بتفكيرك فلن تكون استنتاجاتك صائبة دوماً. الشعور هو نوع من البصيرة التي هي مستودع كل المعارف. الشعور يجب

أن يوازن العقل لأنه عندها وحسب تظهر صورة الله المقدسة في داخلك بكامل جوهرها. وهكذا فإن اليوغا تعلم الشخص كيف يوازن قوى العقل والشعور. من لا يمتلك الإثنين بدرجة متساوية هو شخص غير كامل التطور.

كلما تقدم المريد روحياً واقترب خطوة من الله كلما أظهر له الله الكثير الكثير من روائع الوجود. خلف كل جرم مادي يوجد نموذج أثيري من النور ذي الألوان. في العالم الأثيري أو الكوكبي كل شيء نابض بالحياة. لا يوجد ما يُدعى مواتاً هناك.

المصنع الكوني المحتجب يفوق حد الخيال. الكون بأسره هو فكرة واحدة في عقل الله! وحتى المجرّات تعمل وتوجَّه بموجب قوانين رياضية لا يدركها عقل الإنسان. كل شيء يعمل حسب نظام في منتهى الدقة والإتقان. يا له من عقل جبار ذلك العقل الكوني! المطلق اللانهائي يعمل في كل شيء، وكل الدوامات المتباينة للحركة التي تدعى الحياة تخضع لذلك العقل الكوني.

في كل مائة سنة يغادر الأرض بلايين البشر ويولد أكثر منهم. هناك عرضٌ وطلب بكل ما فيهما من تعقيدات. ومع ذلك فقد أغدق الله فيضاَ من الغذاء للوفاء باحتياجات البشر. الإنسان وحده هو المسؤول عن الفاقة والشقاء على الأرض. لقد آن الأوان لأن نحيا في عهد نعيم ورخاء فيه يتمتع كل إنسان بالصحة ويعيش بسعادة وطمأنينة. هذا ممكن لولا أنانية الإنسان وتصرف قلة قلية من ذوي المصالح بمصائر الشعوب.

معظم الناس يغطون في سبات عميق طوال هذه الحياة الحالمة. صاحب المعرفة هو وحده المتيقظ. إنه غير مهتم بتلك الأمور التي تستحوذ على اهتمام الشخص العادي الذي لا هم له سوى البحث عن الثراء والمسرات الحسية وصرف الوقت في نشاطات واهتمامات سطحية.

الإنسان يتلف أعصابه في تعقب الإغراءات العابرة لهذه الدنيا الفانية، مع أن السعادة الحقيقية التي تفوق الوصف

موجودة فعلا في داخله. ولا بد أنه سيجدها إن هو أحسنَ البحث ورغب في العثور عليها.

يجب استخدام العقل بتعقل وصواب لاكتشاف المعمل الإلهي الكامن ما وراء هذا العالم. ذات مرة وبنعمة الله أبصرت عجائب الخليقة اللامتناهية ليوم بكامله، فقلت مخاطباً الله: "يا رب، عندما كنت مكفوف البصر لم أعثر على باب واحد يفضي إليك. ولأنك فتحت بصري وبصيرتي فإنني أرى الآن أبواباً مشرّعة في كل مكان.. في قلب الزهور وأصوات الأصدقاء الأوفياء وذكريات الإختبارات النبيلة المحببة. بل أن كل همسة من ابتهالاتي تفتح معبراً جديداً إلى معبد حضورك القدسي الفسيح."

يجب أن يكون المريد قوياً صامداً، لا يتراجع ولا يتزعزع في تصميمه للعثور على الكائن الأقدس المحتجب خلف ستارة الخليقة. يجب أن ينتزع الإنسان نفسه من مطالب العالم التي لا تنتهي وألا يستسلم للنوم ليلا قبل أن يناجي الله مناجاة القلب والروح. مطالب الحياة لا تنتهي، ولذلك يجب أن نخصص وقتاً كل يوم لكي نكون مع أنفسنا ومع الله.. بعيداً عن ضجيج وعجيج العالم وصخب الحياة وضوضائها. عندئذ سنرى الحياة بمنظار جديد لأننا سنمتلك رؤية جديدة للحياة.

وكما تمكن العلماء من اكتشافاتهم باتباع القوانين الطبيعية وقواعد علمية محددة، هكذا سيتمكن الباحث المريد من العثور على الله بكل تأكيد عندما يتبع القوانين الروحية ويجعل التعرف على الله هدفه الأول في الحياة، لأن الإنسان لم يأتِ إلى هذه الأرض إلا لهذا الهدف بالذات بالرغم من أنه أصبح هدفاً مهمشاً بالنسبة لمعظم الناس. لكن الإنسان يخادع نفسه بتناسي غاية الحياة والإنهماك بالقشور وصغائر الأمور.

وتذكر أيها الصديق أنه مهما كانت ظروفك غير رضية في هذا العالم، فعندما تهتدي إلى الله ستراه يعمل معك وستحس بحضوره بالرغم من كل التجارب التي تمر بها. كما ستبصره متجلياً في كل شيء من حولك وستمتلئ بحبه وفرحه.

لا دوام للصحة والرخاء والإنجازات المادية والممتلكات. فلمَ الإهتمام فقط بتلك الأمور التي مآلها الزوال والإضمحلال؟

أسأله تعالى أن ينقلنا من الظلام إلى النور.

من الكراهية إلى المحبة.

من القيود إلى الحرية.

من الجهل إلى الحكمة.

من الآلام والموت إلى الحياة الخالدة والراحة الأبدية.

وأن يأخذ بيدنا ويهدينا إلى معرفته.

ويحفظنا يقظين في وعيه.

وأن يفتح كل الأبواب التي تفضي إلى سماء حكمته.

لنعيش بقناعة وسعادة وطمأنينة ورضا،

كل يوم من أيام حياتنا.

والسلام عليكم.

البحث عن معنى الحياة

بما أننا أتينا إلى هذا العالم من حيث لا ندري، فمن الطبيعي لنا أن نتساءل عن أصل وغاية الحياة. إننا نسمع عن خالق لهذا العالم ونقرأ عنه لكننا لا نعرف طريقة للتوصل إليه. كل ما نعرفه هو أن الكون بأسره يعلن عن وجود عقله الإلهي. وكما أن القطع والأجهزة الصغيرة والدقيقة لساعة صغيرة تجعلنا نعجب بالساعاتي؛ ومثلما تثير آلات المصنع الكبيرة والمعقدة دهشتنا وإعجابنا بمخترعها، هكذا عندما نرى عجائب الطبيعة ندهش من الذكاء المحتجب خلفها، ونتساءل: "من أعطى الزهرة شكلا نابضا بالحياة ومتجها نحو الشمس؟ من أين أتى عبيرها وجمالها؟ وكيف تكونت بتلاتها بتلك الدقة المتناهية وخضبت بالألوان الرائعة البهيجة؟"

في الليل تحفزنا النجوم والقمر الناشر ضياءً فضيا من حولنا كي نتأمل على الوعي الذي يسيّر هذه الأجرام السماوية في الفضاء السحيق. ضياء البدر الناعم لا يكفي للنشاط اليومي، وهكذا فإن عقلا حكيما حليما يوحي لنا بالراحة في الليل. ثم تشرق الشمس فيجعلنا نورها الساطع نرى العالم من حولنا بوضوح وصفاء، ونأخذ على عاتقنا تحقيق ما يعرض لنا من احتياجات.

هناك طريقتان لتحقيق احتياجاتنا: الطريقة المادية والطريقة الروحية. عندما تسوء صحتنا، على سبيل المثال، يمكننا الذهاب إلى الطبيب قصد العلاج. ولكن يأتي وقت لا يمكن لطبيب أو لغيره تقديم المساعدة فنتحول إلى الطريقة الثانية؛ إلى القوة الروحية التي صنعت جسمنا وعقلنا وروحنا. القوة المادية محدودة، وعندما نفشل نتوجه إلى القوة الإلهية غير المحدودة. وهذا ينطبق أيضا على حاجياتنا المالية. فعندما نبذل ما بوسعنا دون الحصول على كفايتنا، نتوجه إلى تلك القوة.

كل واحد يظن أن مشاكله هي الأسوأ. البعض يشعرون بالضغوط أكثر من سواهم لأن مقاومتهم ضعيفة. ونظرا للفوارق في قوى البشر النفسية فإنهم يبذلون مقادير مختلفة من الطاقة. إذا واجهتْ الشخص صعوبة كبيرة جدا، وكان عقله ضعيفا، فلن يتمكن من التغلب على المشكلة. ذوو العقول الجبارة يستطيعون التغلب على صعوباتهم بهدم حواجزها وزعزعة أسسها. ومع ذلك فقد واجه أقوى البشر الفشل أحياناً. عندما تواجهنا متاعب ومصاعب مادية وفكرية وروحية جمة وقاهرة ندرك كم هي محدودة قوى الحياة في هذا العالم المادي.

يجب ألا تكون جهودنا مكرسة لتحصيل الصحة الجيدة والضمان المادي وحسب، بل للبحث عن معنى الحياة أيضا. ما هي غاية الحياة؟ عندما ترضـّنا الصعوبات رضّاً نلجأ إلى محيطنا أولا، محاولين القيام بكل التعديلات المادية التي نظن أن العون يكمن بها. ولكن عندما نصل إلى طريق مسدود ونقول: "إن كل محاولاتي باءت بالفشل، فماذا يمكنني أن أفعل أكثر من ذلك؟" نبدأ بالتفكير الجاد حول إيجاد حل ناجع لمشكلتنا. وعندما نبلغ

بتفكيرنا عمقاً كافيا نحصل على الجواب من داخلنا. وهذا بحد ذاته شكل من أشكال الصلاة المستجابة.

الصلاة: مطلب روحي

الصلاة هي مطلب روحي. لم يخلقنا الله متسولين لأنه خلقنا على صورته. الكتب المقدسة تصرّح بذلك. المستعطي الذي يذهب إلى بيت أحد الأغنياء ويطلب صدقة يحصل على نصيب شحّاذ. ولكن الابن يستطيع أن يحصل على أي شيء من أبيه الغني. لذلك يجب أن لا نتصرف كشحاذين.

بعض الناس لديهم كل شيء ويبدو أنهم مولودون في أحضان الرغد والنعيم، بينما آخرون يبدو أنهم يجتذبون المتاعب والفشل لأنفسهم. فأين صورة الله بهم؟ إن قوة الروح الإلهي تكمن في كل منا. ولكن كيف يمكننا تنمية تلك القوة؟ ربما شعرت بالإحباط في الماضي بسبب عدم استجابة صلواتك، ولكن لا تفقد الأمل والإيمان. ولكي تعرف ما إذا كانت صلاتك ذات فعالية أم لا يجب أن تمتلك في قرارة نفسك اعتقاداً أساسيا بقوة الصلاة.

ربما لم تستجب صلوات البعض لأنهم اختاروا الاستجداء. كذلك يجب معرفة ما ينبغي طلبه الله. قد تصلي من كل قلبك وبكل قواك كي تمتلك الأرض وما عليها، ولكن صلواتك لن تلقى قبولا لأن كل الصلوات المتعلقة بالحياة المادية هي محدودة أصلا، بل وينبغي أن تكون محدودة. ولكن هناك طريقة صحيحة للصلاة. يقال أن للقطة تسع أرواح. ولكن للمصاعب تسعة وتسعون روحاً! يجب أن تعثر على الطريقة الفعالة للتخلص من "قطة المصاعب". إن سر الصلاة الناجعة يكمن في تغيير الوضع من مستعطٍ متسول إلى صاحب حق. فعندما تسأل الله شيئاً من ذلك المستوى الروحي ستمتلك صلاتك قوة وحكمة معاً.

بذور النجاح تكمن في قوة الإرادة

معظم الناس يصبحون عصبيين ومتوترين للغاية عندما يحاولون إنجاز شيء ما ذي أهمية كبرى بالنسبة لهم. القيام

بالأعمال بقلق وعصبية لا يجذب القوة الإلهية، ولكن الاستخدام الهادئ والمتواصل للإرادة يهز قوى الكون ويأتي باستجابة من المطلق اللانهائي. إن بذور النجاح لكل ما تنوي تحقيقه تكمن في إرادتك. الإرادة المهشمة والمحطمة بالصعاب تصبح مشلولة مؤقتاً. أما صاحب العزم والحزم الذي يقول: "قد يتمزق جسدي إرباً ولكن هامة إرادتي ستظل مرفوعة وبالتصميم مدفوعة" يبرهن عن أقصى درجات الإرادة.

قوة الإرادة وتوجيهها في المسار الصحيح هو ما يسمو بالإنسان ويرفع من مستواه. عندما يتخلى الإنسان عن استخدام تلك الإرادة يصبح شخصاً عادياً غير مؤثر في الأحداث. كثيرون يقولون أنه لا ينبغي لنا استخدام إرادتنا من أجل تغيير الظروف والأحوال، خوفاً من عرقلة الخطة الإلهية. ولكن لماذا منحنا الله الإرادة إن كان لا يريدنا أن نستخدمها؟ قابلت ذات مرة رجلاً متزمتاً قال أنه لا يؤمن باستخدام قوة الإرادة لأن استخدامها يغذي الكبرياء الذاتي. فأجبته: "إنك تستخدم إرادتك الآن، وبقوة، في مقاومتي. وإنك تستخدم تلك الإرادة في التحدث والوقوف والمشي والأكل وارتياد دور السينما، وحتى للنوم. إنك تريد كل ما تفعله. فبدون قوة الإرادة تصبح شخصاً آلياً." من واجب الإنسان مناغمة إرادته المحكومة بالرغبات مع إرادة الله. لذلك عندما يتم رفع الصلاة الصحيحة بصورة متواصلة تصبح قوة إرادة بحد ذاتها.

يجب أن تؤمن بإمكانية الحصول على الذي من أجله تصلي. إن كنت تصلي من أجل امتلاك بيت وفي نفس الوقت يقول عقلك "من أين لك المقدرة على شراء بيت يا مغفل؟" فإنك توهن إرادتك بمثل هذا التفكير. عندما تطرد عبارة "لا أقدر" من عقلك تحصل على القوة العليا. طبعاً البيوت لا تنزل من السماء، وللحصول على بيت ينبغي أن تستعمل قوة الإرادة وتقوم بالأفعال البنـّاءة لتحقيق مطلبك. عندما تواظب وترفض الاعتراف بالفشل ستتمكن من تجسيد ما تصبو إليه. وعندما تستخدم تلك الإرادة باستمرار من خلال أفكارك وأعمالك، ستتحقق رغباتك ويأتيك كل ما ترغب به وتتشوق إليه. عندما تواصل الجهد بعزم

وإصرار ستظهر النتيجة المرغوبة بكيفية ما، حتى ولو كان ما ترغبه غير موجود أصلا في هذا العالم. في مثل تلك الإرادة تكمن الإجابة الإلهية لأن الإرادة الطيبة تأتي من الله. الإرادة المثابرة هي إرادة إلهية.

احرق بذور "اللا أستطيع" من دماغك

الإرادة الضعيفة هي إرادة بشرية واهنة. فعندما تخترقها وتمزقها التجارب والفشل تفقد صلتها بالمولـّد اللانهائي. ولكن خلف الإرادة البشرية تكمن الإرادة الإلهية التي لا تعرف الحبوط أو الإحباط. حتى الموت بكل جبروته لا يقدر على كسر أو إعاقة الإرادة الإلهية. إن الله سيستجيب حتما لتلك الصلاة المدفوعة بقوة الإرادة ذات الإصرار والإستمرار.

معظم الناس هم كسالى خاملون إما جسدياً أو نفسياً، أو جسدياً ونفسياً معاً. هم يرغبون في التأمل لكنهم يفكرون بالنوم. وما أن يحني النعاس رؤوسهم حتى يغطوا في نوم عميق وتكون تلك نهاية الصلاة! في هذه الحالة تكون الإرادة مدفونة. إن دماغ الإنسان العادي مليء بـبذور "لا أستطيع". وكونه مولوداً في أسرة ذات خاصيات وعادات معينة فإنه يتأثر بها مقتنعاً بأن لا قدرة له على هذا الشيء أو ذاك. يجب حرق تلك البذور الضارة وتخليص الوعي منها. لديك القدرة على تحقيق كل ما تريده. وتلك القوة تكمن في صميم إرادتك.

الراغبون في تنمية الإرادة يلزمهم الصحبة الطيبة. إن كنت ترغب في أن تصبح عالم رياضيات عظيم وكان زملاؤك يكرهون الرياضيات، فبكل تأكيد ستبرد همتك ويخبو حماسك. ولكن عندما تختلط برياضيين بارعين ستتقوى إرادتك، وسيمكنك القول "إن كان بمقدور الآخرين النجاح فباستطاعتي أنا أيضاً النجاح."

لا تستعجل القيام بأشياء كبيرة رغبة منك في تنمية إرادتك. لكي تنجح يجب أن تجرّب إرادتك أولاً في بعض الأشياء الصغيرة التي كنت تظن أنك لا تستطيع القيام بها. إن بذلت المجهود سيكون النجاح من نصيبك.

لا زلت أذكر كل الأهداف التي قال لي أصدقائي وغيرهم أنني لن أتمكن من تحقيقها أبداً، ومع ذلك فقد حققتها. هؤلاء الأشخاص أصحاب "النوايا الحسنة" قد تسبب آراؤهم أضراراً كبيرة. وقـّانا الله منهم ومن مشورتهم. الصحبة لها أكبر الأثر على الإرادة. الذهاب إلى الحفلات الراقصة حيث المشروب والأغاني الصاخبة بدلاً من التأمل في محراب السكون يلوث الفكر بغبار الاهتزازات الدنيوية الكثيفة بحيث يصعب التخلص منها. إرادة المرء تتقوى حتماً أو تضعف بتأثير أصحابه. إن تنمية الإرادة بالمجهود الذاتي وحسب هو أمر صعب للغاية. إنك تحتاج إلى مثال حسن تتشبه به. إن أردت أن تصبح رسّاما فعش وسط الرسوم الجيدة وعاشر الرسامين. وإن شئت أن تصبح رجلا روحياً فصاحب الروحيين ذوي الطبائع السامية.

هناك فارق كبير بين الاعتقاد والتجربة. يتأتى الاعتقاد من الأشياء التي سمعتها وقرأت عنها وقبلتها كحقائق جوهرية. أما التجربة فهي ما اختبرته بنفسك وأدركته فعلاً. إن يقين الذين اختبروا الله ثابت لا يتزعزع. إذا لم تكن قد ذقت برتقالة في حياتك فبالإمكان خداعك فيما يتعلق بخواصها. ولكن إن كنت قد أكلت برتقالا من قبل فلا يمكن إيهامك، لأنك تذوقت تلك الفاكهة وتعرفها جيداً.

انشد صحبة الذين يعززون أيمانك

إن الأفكار عن الله والنجاح والشفاء...الخ، كلها تكمن في عقلك بصورة كبسولات نفسية. حاول تجريبها. ولكي تختبر أفكارك ينبغي أن تستخدم إرادتك كي تجسيدها. ولكي تنمي قوة الإرادة اللازمة يجب أن تخالط أصحاب الإرادة القوية. إذا رغبت في الشفاء بإرادة الله انشد صحبة أولئك الذين يعززون إيمانك ويشحنون إرادتك.

لقد ذرعت الهند بطولها وعرضها محاولا العثور على عارف بالله، لكن أولئك نادرون. كل المعلمين الذين قابلتهم أخبروني عن اعتقاداتهم الشخصية. ولكن في المسائل الروحية كنت مصمماً على عدم الاقتناع بالكلام عن الله. لقد أردت أن اختبره

وأحس بحضوره فعلا. فما يقال لي لا معنى له ما لم أدركه بالتجربة الذاتية.

ذات مرة كنت أتحدث مع أحد أصحابي عن قديسي الهند. وكان صاحبي سمساراً فلم يشاركني حماسي، بل قال: "إن كل ما تدعوهم قديسين هم بالأحرى دجالون، ولا يعرفون الله." لم أجادله، بل غيرت الموضوع ورحنا نتحدث عن مهنة السمسرة. وبعد أن أخبرني الكثير عنها قلت بلطف: "هل تعلم أنه لا يوجد سمسار واحد جدير بالثقة في كلكتا، وأنهم كلهم كذابون؟" فاستشاط غضباً وأجاب بسخط: "وماذا تعرف عن السماسرة؟" فأجبته: "وهذا ما عنيته بالضبط. وأنت ماذا تعرف عن القديسين؟" فأفحم. وتابعت القول بهدوء ومودة: "أنا لا أعرف شيئاً عن السمسرة وأنت لا تعرف شيئاً عن القديسين."

لقد وصلت ممارسة الدين إلى مرحلة لم يعد ممكناً معها للكثير من الناس تحويل أفكارهم الروحية إلى تجربة فعلية. إنني أتحدث هنا عن تجاربي الشخصية. لا أرغب في التحدث عن الأشياء التي أعرفها معرفة عقلانية وحسب. معظم الناس يقرؤون بعض الكتب عن الحقيقة فيصبحون ذوي اكتفاء ذاتي دون بذل المجهود الكافي لإدراك الحقيقة خلف الكلمات. الأبواق والطبول الجوفاء الذين يتشدقون بالحقائق الروحية لا يفيدوننا بشيء ولا يتركوا في نفوسنا انطباعاً طيباً. يجب أن نميّز بين خطب ومواعظ الشخص وسيرته الذاتية. على الراغب في تعليم الآخرين أن يثبت أولاً بأنه قد اختبر فعلاً ما تعلمه وأدرك بالتجربة ما يقوله.

مغامرة الحياة: ماهيتها

المعلم برمهنسا يوغانندا

الترجمة: محمود مسعود

الحياة هي أكبر مغامرة يمكن أن يتصورها الإنسان. ومع أن حياة البعض ليس فيها الكثير من التشويق والإثارة إلا أن حياة الآخرين ملأى بالاختبارات المدهشة. لقد سمعت عن رجل حاول

الإنتحار لأكثر من ثلاثين مرة، وفي كل مرة كان يحدث ما يصده عن وضع نهاية لحياته. تصور كم هو رائع أن يعرف المرء عن حياة كل البشر الموجودين على الأرض والذين ارتحلوا عنها وأيضاً الذين سيفدون إليها! إن كل اختبارات البشر محفوظة في الذاكرة الكونية: ذاكرة الله، ويا لها من ذاكرة عجيبة. من الصعب الإحاطة بوعي كلي المعرفة، ومع ذلك فإن معرفة الروح الكلي هي المغامرة الأعظم في الوجود.

الحقائق أكثر واقعية وثباتاً وجوهرية من الخيال، ومع ذلك فإن مصدرها جميعاً أفكارٌ في عقل الله. والمادة الذرية بأسرها هي أيضاً أفكار إلهية مجسّدة يمكن إذابتها ثانية إلى أفكار ثم تجسيدها مرة أخرى إلى أشياء. الإنسان أيضا يمتلك المقدرة على تصوّر الأفكار لكن خياله ليس قوياً بما فيه الكفاية لتجسيدها. ولو أصبح خياله على قدر كاف من القوة لتمكن من خلق أشياء على هذه الأرض. الإنسان يمتلك في داخله نفس القوة الخلاقة التي بواسطتها جسّد الله خلائقه العقلية في العالم. ولكن أصبح مستحيلا على الإنسان أن يجسّد أفكاره إلى أشياء لأنه لم يستخدم قوة العقل الممنوحة له من الله كما يجب.

عندما نحاول تصوّر وعي الله نتعجب كيف يمكنه تذكـّر واستيعاب كل شيء، لأننا نقيس كل شيء بمقياس قدراتنا العقلية وندرك الأمور بحسب تجاربنا الشخصية. صاحب الذاكرة الضعيفة يميل إلى الإفتراض أن ذاكرة الجميع ضعيفة كذاكرته. ولكن هناك أشخاص يتمتعون بتذكر نادر بحيث يمكنهم أن يتذكروا كتاباً بكامله بنفس السهولة التي تستطيع بها تذكـّر أسطر قليلة. كثيرو النسيان يصعب عليهم التصديق بأن هناك من يمتلك ذاكرة لاقطة وقادرة على تخزين واستعادة المعلومات المخزنة فيها بسهولة بالغة.

الجوهري يتذكر جواهره، وماسك الدفاتر يتذكر أرقام دفاتره. وبالمثل فإن الله يتذكر كل شيء خلقه في هذا الكون. وكونه كلي القدرة فإنه يتذكر على الفور كل ما حدث في هذا الكون لأن وعيه المطلق والغير محدود كلي المعرفة.

الذاكرة هي بحد ذاتها قدرة عجيبة. وذاكرة الإنسان مرتبطة ارتباطاً وثيقاً بذاكرة الله الجبارة. مثال على ذلك لا يمكنك أن تذكر تفاصيل كل الأفلام السينمائية التي شاهدتها في حياتك. ولكني لو أريتك أحد تلك الأفلام مرة ثانية لتذكرته على الفور. فتلك الذاكرة المقدسة الكامنة في داخلك هي دائمة التعرف على الإختبارات السابقة. وحالما ترى المَشاهد الأولى تستعيد أحداث القصة بكاملها وتقول: "أوه، لقد رأيت هذا الفيلم من قبل، وأذكر كيف كانت النهاية."

كيف يتسنى لنا تذكر الصور المتحركة بكل تفاصيلها مع أننا قد رأيناها منذ سنين؟ لأن كل الأحداث مسجلة في الدماغ. فحالما تضع إبرة الذهن على اسطوانة اختبار ما (أو تقوم بتشغيل جهاز الأقراص الذهنية المضغوطة)، تبدأ ذاكرتك باستعادة ذلك الإختبار ثانية.

قدرة الذاكرة الباطنية تأتي من الله وهي غير قابلة للخطأ. إنها لا تنسى أبداً. ذاكرة الشخص العادي لا تستطيع استيعاب كل الاختبارات مرة واحدة. لكن الذاكرة المقدسة الكامنة تحتفظ بكل شيء في آن واحد وعلى الدوام. لذلك فإن الذاكرة الجيدة أو الضعيفة هي مجرد قناعة ذاتية. الإنسان أقنع نفسه أن ذاكرته ضعيفة فلذلك يمتلك ذاكرة ضعيفة. ومع ذلك فليس من السهل القفز من هذا الإعتقاد إلى نقيضه. الحاجة تمس إلى مجهود كبير كي تقنع ذاتك أن ذاكرتك هي بالفعل مظهر لذاكرة الله المقدسة الكلية التذكر.

إن أعظم ذاكرة بشرية ليست سوى شعاع من وعي الله المطلق المدوّن فيه كل مغامرات البشر وكل صور ومظاهر الحياة الأخرى.

حكاية الخلق الإلهي هي حكاية رائعة ومدهشة! كيف أتى الله إلى الوجود بكل الكائنات الموجودة على هذه الأرض؟ وكيف يعمل من وراء الحجب والستائر ليعيدنا إلى وجودنا الحقيقي به؟ مستحيل أن تسعفنا لغة البشر في تقديم وصف شامل للمغامرة

الكونية لخليقة الله وتقاطعاتها الدقيقة مع المغامرات الفردية لأعداد لا تعد ولا تحصى من بني البشر.

نجد أن متوسط عمر الإنسان حوالي السبعين عاماً، في حين متوسط عمر التمساح من ستين إلى مائة عام. أما شجرة الخشب الأحمر فتعمّر لألفي عام. متوسط عمر الجمل هو من خمسين إلى ستين عاماً، والحصان حوالي ستة وثلاثين عاماً على أكبر تقدير. من البديهي إذاً أن كائناً ما قد حدد هذه الأعمار المتعددة. ومع ذلك فإننا نسمع عن بعض اليوغيين العظام ممن عاشوا لمئات السنين. أحد هؤلاء هو العظيم باباجي الذي أعلم علم اليقين أنه عاش على مدى قرون وهو ما زال حياً في جسده ويتمتع بشباب تام. كما أن ترايلانغا سوامي عاش قرابة الثلاثة قرون: فهو ولد في عام 1601 وتوفي عام 1881 ميلادية (بل أن هناك من يقول أن عمره تجاوز الثلاثة قرون!) وبالإضافة إلى عمره الخارق للعادة فقد اشتهر بمعجزاته. أما وزنه فكان حوالي 130 كيلوغراماً مع أنه نادراً ما كان يتناول الطعام. بل غالباً ما كان يتأمل لأيام بطولها متربعاً فوق مياه نهر الغانج، أو يظل مستتراً أحياناً لفترات طويلة تحت الأمواج. وكثيراً ما كان يشاهد مستلقياً دون ثياب ودون حراك في حرارة الشمس اللاهبة فوق الصخور الحارقة. وتجاهله الإعتيادي لقوانين الطبيعة كان مذكـّراً دائماً لكل من رآه أن التوحد مع الوعي الإلهي هو أسمى القوانين على الإطلاق.

وكما ورد في مذكرات يوغي: السيرة الذاتية فإن عظماء القديسين الذين استيقظوا من حلم الخداع أو الوهم الكوني وتحققوا أن الكون هو مجرد فكرة في العقل الإلهي يستطيعون أن يفعلوا ما يرومونه بالجسد، عالمين بأنه ليس سوى شكل من القوى المركـّزة أو المجمّدة. ومع أن علماء الطبيعة يدركون الآن أن المادة ليست سوى نشاط محبوس، فإن المعلمين كاملي الإستنارة قد قطعوا شوطاً متقدماً في مجال ضبط المادة وانتقلوا من النظري إلى التطبيقي.

فعلا أن الحقيقة أروع من الخيال. بإمكاننا أن نتصور أنه تحت الظروف الملائمة، وإن لم يكن هناك تبذير للجوهر الحيوي

أو السائل المنوي، ومع توفر التغذية المناسبة والتفكير السليم، يمكن إبقاء الجسم البشري حياً لوقت غير محدود. السائل المنوي يحتوي على طاقة حيوية مركزة، فإن لم يُسرف تظل القوة كامنة به ويمكن استخدامها لتعزيز الصحة الجسدية والحيوية والنفسية إضافة إلى الإبداع العقلي والنمو الروحي.

ملاحظة للمترجم: وفي هذا الوارد يقول الرئيس أبو علي ابن سينا:

اجعلْ غذاءكَ كلَ يـــــــومٍ مرة ً واحذرْ طعاماً قبلَ هضمِ طعامِ

واحفظ ْ منيَّكَ ما استطعتَ فإنهُ ماءُ الحياةِ يُراقُ في الأرحـامِ

الضغوط على الجسد هائلة. عندما تعلق الفأرة في المصيدة يخفق قلبُها بسرعة تفوق كثيراً المعدل الطبيعي. وعندما يعجز الشخص عن دفع فواتير الحساب يفعل قلبه بالمثل! وهكذا يأخذ القلق النفساني ضريبته ويسدد ضربته! كما أن هناك أنواعاً أخرى للإجهاد. يقال أن التجارب المعملية أثبتت أنه لو تم التخلص من الضوضاء في المدن فلربما زاد ذلك بمعدل عشر سنين في أعمار المواطنين. ومع ذلك فإننا نعيش في عالم مدهش. أما الذين لا هم لهم في الحياة سوى الأكل والشرب والنوم والاستمتاع بأطايب العيش فحظهم قليل من معرفة عجائب الحياة البشرية.

المغامرة تبدأ بالكفاح الذي تمر به الروح لدخول الرحم وقت الحمل. ففي العالم الكوكبي أو الأثيري توجد ملايين الأرواح التي تحاول جاهدة العودة إلى الأرض عن طريق دخول الخلايا المخصبة لاندغام الجراثيم المنوية بالبويضات وقت الحمل. وسواء كان الروح قديساً أم خاطئاً، وما لم يكن قد بلغ التحرر النهائي، فهناك رغبة قوية للتجسد ثانية على الأرض. عند الحَمل يومض ضوء في الأثير فيدخله أحد الأرواح لمجرد اتحاد الخلايا المنوية بالبويضة. لقد نازعَ الإنسان لولوج الرحم، لأن هناك

أرواحاً كثيرة تسارع للدخول. والذين فازوا هم أنت وأنا وأنتم. ولم يكن فوزاً سهلاً!

حقاً أن هناك منازلَ كثيرة عند الله. فالمستويات الأثيرية العليا أو السفلى، المكوّنة من نور شفاف وطاقات حيوية هي الجنة (أو النار) التي تذهب إليها الأرواح بعد موت الجسد المادي. إن مدة الإقامة هناك تـُقرر مسبقاً بحسب كارما الشخص. وما دام للإنسان رغبات مادية لم تتحقق، أو كارما أرضية (نتائج الأعمال السابقة التي لم يتم استهلاكها) فينبغي أن يعود الإنسان للتجسد على الأرض كي يتابع تطوره في طريقه نحو الله.

بعد دخول الرحم يتساءل الروح: "ماذا فعلتُ؟ لقد كنتُ طليقاً لفترة طويلة، متحرراً من الجسد البشري المقيَّد والمقيِّد، أنتقل بيسر وسهولة على صفحة الأثير في جسم نوراني، وها أنا الآن قد علقت ثانية في شكل مادي."

ومع ذلك يتعود تدريجياً على هذه الحالات الجديدة إبان الشهور التسعة في الرحم. ذلك هو العقاب: تسعة شهور من العيش في زنزانة معتمة يُحتم عليه فيها التنفس من خلال شخص آخر، والحصول على الغذاء والدم من خلال الإعتماد على الدورة الدموية لشخص آخر. يكون الروح والحالة هذه عالة على غيره، يصرخ لله: "أخرجني من هذا السجن! لا أستطيع أن أرى، لا أستطيع أن أسمع، إنني مقيّد."

إن كان هناك من جحيم أو مَطهَر فهو تلك الأشهر التسعة في جسم الأم: عجز تام وسط الظلام، وتقييد في نقطة واحدة كالشجرة مع بعض ذكريات الماضي المتواردة، ثم فترات من النوم. وعندما تعاود ذكريات الماضي الجنينَ يرتقص باذلاً جهوداً جبارة في جسد الأم. لقد قمتُ بتحويل وعيي إلى هذه الحالات لما قبل الولادة وأعرف ما أقوله.

نوم الجنين ويقظته في جسم الأم لا يتوقفا على نومها ويقظتها. حركة الجنين المدفوعة بالإرادة هي ناجمة عن تذكر الروح لماضيها. وهكذا يتحرك بقلق في بطن الأم إلى أن يتملكه

الإعياء فيخلد للنوم. بعدها يستيقظ لبعض الوقت ويتحرك ثانية. يشعر بالجوع وبإشباع جوعه عن طريق الغذاء المنتقل إليه عن طريق دم الأم.

الوليد يسمع نوعاً ما الاهتزازات الصادرة عن ضربات قلب الأم ودورتها الدموية، وهذه الأصوات تجعله على دراية بجسمه فيتوق للتحرر. وهكذا فإن مغامرة الروح الأولى هي صراع بين فكرتين: أمنية العودة إلى الأرض في صورة بشرية والرغبة في التحرر من الشكل البشري المقيّد للروح.

يبدأ غلاف الروح البشري (الجسد) كالسمكة بذنب دقيق. بعدها تتطور تلك الصورة إلى شكل حيواني ملتف في الرحم. وكما أسلفنا تتوارد بعض ذكريات الحياة الماضية فيتحرك الجنين حركة ضئيلة. ويشتد الصراع مع نمو الجنين إلى صورة بشرية في جسم الأم فتصرخ الروح "أخرجني". وعندما تصبح الإرادة قوية جداً يولد الطفل. الأطفال الخدّج (المولودون بعد فترة حمل تقل عن 37 أسبوعاً) هم أرواح ذوو إرادة قوية وعناد كبير . فهم لا يريدون البقاء لتسعة شهور في جسم الأم ولذلك يولدون أبكر من المعتاد.

يأتي الرضيع إلى هذه الدنيا باكياً لأنه كما يقول الحكماء العارفون تتذكر النفس تجسداتها السابقة ولا ترغب بفكرة العودة إلى الأرض ثانية لتعاني ضروب الكفاح البشري من جديد.

{عَلِقَتْ بِهَا ثَاءُ الثـقِيلِ فَأَصْبَحَتْ بَيْنَ المَعَالِمِ وَالطُّلُولِ الخُضَّـعِ

تَبْكِي إِذَا ذَكَرَتْ عُهُودًا بِالْحِمَى بِمَدَامِــــعٍ تهْمِي وَلَمَّا تُقْلِــعِ}

وفيما يتعلق بهذه الذكريات هناك أيضاً وضع التوسل الذي يضم به الجنين يديه قبل قدومه إلى العالم كما لو كان يبتهل: "أتوسل إليك يا رب بأن لا تمنحني ولادة أرضية ثانية."

التعليل الفسيولوجي لبكاء المولود هو أن الرئتين يجب أن تنفتحا لتبتدئ عملية التنفس، وأن صرخة المولود الأولى هي مجهود لتشغيل الرئتين وابتداء نسمة الحياة. عندما يولد الطفل يبدأ التنفس، والروح التي كانت شبه نائمة تصبح كائناً حياً بحياة مستقلة. كثيرون يعتقدون من قبيل الخطأ أن الروح تدخل الجسد وقت الولادة، ولكن لم لو تكن الروح هناك فعلا لما تكوّن الجسم من الخلايا الأصلية الدقيقة. فلو فارقت الروح الجنين قبل الولادة لجاء المولود ميتاً.

جسم الإنسان مكوّن من ستة عشر عنصراً مادياً أساسياً يسندها وينعشها تسعة عشر عنصراً من الطاقة الشفافة التي تمثل جوهر الجسم الأثيري الموجود داخل شكل الإنسان المادي. وهذا الجسم الأثيري هو مصدر الحركة والنشاط في الجسم المادي. وعناصر الجسم الكوكبي التسعة عشر هي أمور فكرية وعاطفية وحيوية. والمركـّبات التسعة عشر هي الذكاء والذات (الأنا) والشعور والعقل الظاهر (الوعي الحسي) وخمس أدوات للمعرفة هي الأقسام المقابلة لحواس النظر والسمع والشم والذوق واللمس، وخمس أدوات للفعل هي نظيراتها الفكرية للقوى التنفيذية المتعلقة بالتناسل والإفراز والنطق والمشي والمهارة اليدوية. وخمس أدوات لقوة الحياة مُنحت القدرة على القيام بوظائف الجسم الخاصة بالتبلور والامتصاص (تمثيل الطعام بعد هضمه) والتخلص من الفضلات والاستقلاب أو الأيض (تحويل الغذاء في الجسم إلى مادة حية أو استخدامه لتزويد الطاقة) والدورة الدموية. وهذا الغلاف الكوكبي الشفاف ذو التسعة عشر عنصرا يبقى بعد فناء الجسم الفيزيقي ذي الستة عشر عنصرا من العناصر الخشنة. هذه العناصر يمكن تحويلها كلها إلى وعي بحت بممارسة أساليب اليوغا المتطورة.

عندما يولد الطفل تطرف عيناه لمرأى النور، يسمع الأصوات، يشم ويتذوق ويتنفس. الأصوات تبدو طبيعية بالنسبة له ويدرك أنه يحيا في جسد مادي من جديد. مقاومته السابقة للولادة تتوقف مع تنفسه للمرة الأولى. وعندما يطغى عليه

الوهم بأن "الوجود" يعتمد على الجسد والتنفس ينجذب نحو العالم المادي ويتعود عليه تدريجياً.

ومع مرور الزمن يبذل الطفل مجهوداً كبيراً للتحكم بجسمه. فكم من مرة تراه يدفع يديه وقدميه في الهواء في محاولة للتكيف مع الجسد! هذا يتم بتوجيه من اللاشعور عن طريق تذكر الروح لماضيها. الذاكرة موجودة دوماً. الإنسان يخشى الموت غريزياً لأنه يتذكر المرات العديدة التي عانى بها تلك التجربة، كما يخشى الألم أيضاً لأنه تألم كثيراً من قبل.

عندما ينمو المولود إلى طفل صغير يخضع لتأثير الأبوين والأقرباء. كل واحد يريده أن يكون مختلفاً، بما في ذلك رفاقه الأشقياء الذين يريدونه أيضاً أن يكون مثلهم ويماشيهم في سلوكهم وتصرفاتهم! ووسط هذه الصراع يشعر الطفل بضغوط كثيرة. ومع ذلك فإن الصغار الذين يحصلون على قسط كبير من الحرية يقولون متأسفين فيما بعد: "يا ليت أهلي أخبروني عن النتائج المؤذية لسلوكي، إذ لو فعلوا فلربما كنت أحسن حالاً مما أنا عليه الآن."

كثيرة هي المجاهدات السيكولوجية والنفسية التي يحتم على الشخص أن يمر بها قبل أن يصبح شاباً. في تلك المرحلة يزداد نشاط الحواس ويكون الشاب أو الفتاة في معركة كبيرة مع النفس. الصراع مع الحواس شيء كبير، والنصر المبين بالنسبة للشباب هو انتصارهم على غرائزهم وكبح أهوائهم الجامحة.

رائع أن يكون الإنسان حياً، ولكن هناك عوامل عديدة بانتظار الفتك به. المغامرة مع الحيوانات المفترسة في أفريقيا هي لا شيء مقارنة بمغامرة الحياة نفسها. ولا توجد مغامرة في التاريخ تفوقها متعة وتشويقاً. الإنسان يعرف بفضل عقله كيف يحصّن ويحمي نفسه من الحيوانات الضارية لكنه لا يعرف كيف يصون ذاته من عاداته السيئة ونتائجها الضارة. إن ألد أعداء الإنسان هي نفسه. فأكثر من أي عدو، وأكثر من الجراثيم الفتاكة والقنابل المدمرة أو أي تهديد آخر يجب أن يخشى الإنسان نفسه

عندما يكون على خطأ. عندما يعيش الإنسان بجهل مطبق بطبيعته الروحية ويسمح لعاداته السيئة بالسيطرة عليه يصبح عدو نفسه. وأفضل طريقة للفوز في معركة الحياة هذه هي مصادقة الإنسان لنفسه. ذاتُ الإنسان المتطورة روحياً هي صديقه وأما الذات غير المتطورة فهي عدوه.

من السهل أن نتصور أنفسنا ذاهبين لاستكشاف بلد متوحش مجهول. فإن كنا نزمع الذهاب بالسفينة ينبغي لنا أخذ قارب نجاة معنا بحيث إن غرقت السفينة يمكننا استعمال القارب فننجو بأنفسنا. ولكن في كثير من تجارب حياتنا يوجد تسرّب في قارب نجاتنا بالرغم من اتخاذنا لكل الإجراءات الإحترازية.

في دغلٍ يعجّ بالحيوانات المفترسة تستطيع أن تتخذ الحيطة والحذر إزاء تلك الوحوش، لكن قهر المخاطر الرقيقة الدقيقة هي أصعب بكثير. كيف للشخص أن يحمي نفسه من ملايين الجراثيم الدائمة الوجود حولنا. نظن أننا في مأمن عندما نحتاط للأخطار التي نستطيع رؤيتها وسماعها، لكن عتادنا غير كاف لحماية أنفسنا من الجراثيم. في الدورة الدموية تقاتل الكريات البيضاء هذه الجراثيم باستمرار. العقاقير لا تفلح إلا في تخديرها. كريات الدم البيضاء هي الجنود التي تتصدى لها وتفتك بها. إن كان دمك ضعيفاً فلن يقدر هؤلاء "الجنود" على مساعدتك. في رئات العديد من الأشخاص الآمنين المطمئنين تكمن عصويات السل الضارية، على أهبة الإستعداد للإنقضاض على مضيفها والقضاء عليه. الطبيعة تشكل حاجزاً واقياً لصد هجمات تلك الجراثيم، لكن مفعول ذلك الحاجز لن يدوم طويلا إن عجز الجسم عن المقاومة. هذا الصراع لا يتوقف في غابة الحياة غير المنظورة في داخلنا. لو أنك فحصت طعامك بالمجهر لما تذوقت الطعام. فالجراثيم تقيم فيه وليمة عامرة، وأنت تبتلعها كلها! حتى الماء الذي تشربه مليء بتلك العضويات الحية. لا يوجد نباتي واحد في العالم لأن الكل يلتهم ملايين الجراثيم كل يوم. فهل سيكف الإنسان إذاً عن تناول الطعام؟

ولكي يعبر الإنسان غابة الحياة بسلام يجب أن يجهّز نفسه بالأسلحة الملائمة وأن يكون جندياً جيد التدريب. مَن لا يعرف الطريقة الصحيحة لحماية نفسه يفقد حياته بسرعة. أما الحكيم المستعد لكل الإحتمالات من مرض وأفكار غير منسجمة وعادات سيئة وقـَدر عاتٍ وكارما غير مستحبة فينتصر في هذه المغامرة التي يلزمها الحذر والسهر وبعض الأساليب والطرق التي تمكننا من منازلة وقهر أعدائنا الباطنيين الأشد بأساً وشكيمة من أي عدو خارجي.

ومع مواصلة مسيرة الحياة نتعلم أساليب أفضل للتغلب على علل ومسببات أمراضنا الجسدية والنفسية والخلقية والروحية. وعندما نتخطى بسلام الأمراض الجسدية والصراعات النفسية نستطيع عندئذ القول أن الحياة كانت بالفعل مغامرة رائعة. ولكن ليس من الحكمة القول أن الحياة حلوة قبل إحراز النصر الحقيقي. وما لم يبلغ الإنسان المراحل الأخيرة وتتحرر نفسه في الله فالحياة لم تنته بالنسبة له. يجب أن يصعد في الروح وعندها ستكتمل آخر حلقات المغامرة.

عندما يرى الشخص شخصاً آخر متألما يحمد الله لأنه لا يمر بتلك التجربة الخاصة. ولكن من يدري فقد يكون دوره التالي. إن احتمالات الأذى للجسم كثيرة لا حصر لها، ولذلك يجب أن يكون الإنسان يقظاً ومستعداً لكل الإحتمالات والمفاجآت.

العالِم يقول: "تناول الغذاء النافع المغذي واتبع قوانين الصحة كي تحمي نفسك من الجراثيم." والسياسي يقول: "كونوا جنوداً شجعان كي تحموا أنفسكم وبلدكم من أعدائكم."

إننا نعيش فعلا في عالم غريب. وحتى الأمهات اللاتي تضرب بهن الأمثال في المحبة والحنان والتضحية يتم تدريبهن لقتل أولاد الآخرين. يا للفظاعة! ولكن بعض الخير يأتي أحياناً من الحروب، فهي تنزع منا الجبن وخور العزيمة.

غابات الحياة وأدغالها تموج بالأعداء من أمراض وفقر وتألم وعادات سيئة ورغبات خاطئة. وهناك أيضاً أمور كثيرة يجدر

ملاحظاتها وقواعد ينبغي مراعاتها بحيث تصبح الحياة لا تطاق فيما لو حاولنا الإحتفاظ بها كلها في الفكر. التعقيدات باتت تطغى على كل نواحي الحياة وأصبح الناس كما لو أنهم في حالة من التنويم المغناطيسي. ولذلك آن الأوان لكي يحاول الإنسان أساليب مختلفة ويفعّل طاقات العقل وإمكاناته التي لا حصر لها.

لقد وهبنا الله وسيلة مدهشة للحماية. إنه العقل الأقوى من الرشاشات والكهرباء والغازات السامة أو أي دواء. وهذا العقل ينبغي تنشيط قواه وتقويته. إن قسطاً هاماً من مغامرة الحياة يكمن في التحكم بالعقل وإبقائه منضبطاً ومتناغما مع الله على الدوام. وهذا وحده سر من أسرار الحياة الناجحة السعيدة.

ومع أن الإنسان يستعمل وسائل وأساليب الشفاء المادية لكن ينبغي أن لا يضع ثقته فيها بل بقدرة الله من ورائها. ويجب أن نسأل الله كي يمنحنا الفهم والإرادة كي لا نتكل على الدواء بل نعتمد عليه وعلى قوة العقل بالدرجة الأولى.

الإنسان لم يُلقـَّن كيفية بلوغ تلك الحالة النفسية التي تتأتى بتمرين قوى العقل وبتناغمه مع الله بواسطة التأمل. ولكن يجب أن يصبح العقل تحت سيطرتك التامة قبل محاولتك نكران المادة ووسائل العلاج المادي. وما لم تملك ذلك فمن الأفضل اتخاذ الخطوات المنطقية لمساعدة الجسم. عندما يستطيع الإنسان القبض على الجمر الحي المتوهج دون أن تحترق يده يستطيع عندئذ نكران المادة والقول بأن العقل هو كل شيء، وإلا فالمادة موجودة ويجب التعامل معها ومع قوانينها بطرق منطقية وعملية.

كما أن الله قد منحنا سلاحاً لا يُقهر نستطيع بواسطته التخلص من كل الأحزان والآلام، إنه سلاح الحكمة الذي نحصل عليه بالتوافق مع الله. فأسهل طريقة لقهر المرض والخيبة والبلايا هو أن نكون في توافق دائم مع خالقنا.

الناس هم كالأطفال الصغار في أدغال الحياة، مضطرون للتعلم من اختباراتهم ومتاعبهم الشخصية، متعثرين بين خنادق وحُفر المرض والعادات السيئة. يجب أن نطلب العون مراراً

وتكراراً وأن نحاول في أن تكون أفكارنا وأعمالنا منسجمة مع الله وقوانينه التي لا تتغير أبدا.

عندما تظلم الدنيا في عينيك وترضك صعوبات العيش تذكر أن الله قريب منك واشعر بأنك آمن مطمئن في قلعة حضوره. وبالرغم من كفاحك على دروب الحياة وتعرضك لكل المؤثرات الفتاكة، تذكر أنها ليست لتدميرك بل لتمتحن إيمانك وتصحي قواك الهاجعة. يجب أن نصمد في معركة الحياة وننازل كل الشرور المحيطة بنا لنهدمها ونهزمها بالقدرة الكلية للحضور الإلهي في داخلنا. وعند الإنتهاء من مغامرة الحياة سنقول: يا رب لقد كان من الصعب الإعتصام بالشجاعة ومواصلة الكفاح حتى النهاية، لكن القدرات التي منحتها لنا كانت أكبر من مخاوفنا، وبفضل تلك القوى العظيمة تغلبنا وأدركنا أننا مخلوقون على صورتك الإلهية. إنك سيد الأكوان وحاضر في كل مكان فممَ نخاف ومن نخشى ما دمت معنا؟!

ما أن يدرك الإنسان أنه أصبح كائناً بشريا حتى تتكاثر مخاوفه، ويبدو أن لا مخرجا منها. ومهما كانت الإحتياطات التي يتخذها تبقى هناك ثغرات تتسلل من خلالها الأخطاء. لا طمأنينة فعلية إلا في الله ولا سلام بدونه. وسواء كنا في أدغال أفريقيا أو في ساحات الحرب أو بين أنياب الفاقة والفقر يجب أن نهمس لله: إنني في مصفحة حضورك الذي لا يقهر يا رب! أزحفُ متقدماً في ميادين وجبهات الحياة. وأشعر أنني في حماك وحمايتك!

ما من سبيل آخر للأمن والأمان. استخدم العقل والمنطق في كل ما تفعله وضع كامل ثقتك في الله. الله يهتم بكل الذين يهتمون به ويحترمون قوانينه ويقبل كل الذين يتوجهون إليه بقلوبهم وأرواحهم فيفيض عليهم ببركاته ويجعل مددهم متواصلاً لا انقطاع له.

كثيرون سقطوا ضحايا المرض ووقعوا فريسة العادات الرديئة ولم ينتشلوا أنفسهم. لا ينبغي القول أن لا سبيل للإفلات والنجاة من أشراك الحياة المنصوبة في كل اتجاه. المحن

والمصاعب التي تعترض الإنسان هي موقوتة وتتوقف على تصميمه وتفعيل إرادته للتغلب عليها الواحدة بعد الأخرى. الإخفاق لفترة زمنية محددة لا يعني الفشل في معركة الحياة. رجل النجاح والظفر يؤكد لنفسه دائماً وأبداً بأنه أقوى من الظروف وهو لا يخشى شيئاً ما دام مع الله وما دام الله معه، ويدرك في قرارة نفسه أن الحياة والموت هما حالتان مختلفتان من حالات الوعي.

لقد خلق الله كل شيء ليمتحننا وليظهر خلود الروح الكامن في نفوسنا. تلك هي مغامرة الحياة وغايتها الوحيدة. إن مغامرة كل إنسان هي فريدة من بابها، ويجب أن يكون على أهبة الإستعداد لمواجهة كل مشاكل الصحة والعقل والنفس بالفهم والإرادة والإيمان بالله، مدركاً أن روحه لا تموت مهما حدث للجسد. حقاً أن السلاح – أي سلاح – لا قدرة له على الفتك بتلك الروح. لا النار تحرقها ولا الماء يغرقها لأنها صورة الله الواحد الأحد.

رائع أن ندرك أن الموت ليس نهاية، إذ مع هذه المعرفة نكتسب قوة نفسية وتحرراً من الوهم. عندما يهجم المرض ويتوقف الجسم عن العمل تظن النفس أنها ميتة لكن الله يلمسها ويؤكد لها بأنها ما زالت على قيد الحياة. الجندي في ساحة المعركة تصيبه قنبلة أو شظاياها فيصرخ: "لقد قـُتلت يا إلهي." لكن الله يجيبه: "بالطبع لا! ألستَ تخاطبني؟ لا شيء يقوى على القضاء عليك. إنك نفس خالدة، وإنك تحلم بأنك ميت." عندها تدرك النفس أن تجربة الإنتقال من الجسد بالموت ليست مريعة كما يتم تصويرها. الوعي المحدود لوجود النفس داخل الجسد هو المسؤول عن التفكير بأن فقدان الجسد هو نهاية كل شيء، في حين أن النفس حية لا تموت لأنها صورة الله الحي القيوم.

اليوغيون الصادقون قادرون على ضبط العقل تحت كل الظروف. عندما يبلغ المريد تلك المرحلة يصبح حراً ويدرك أن الحياة هي مغامرة مقدسة. لقد برهن الأنبياء والعظماء عن هذه الحقيقة، إذ لم يقو شيء على المساس بنفوسهم الكبيرة

والطاهرة. لقد تمتعوا بالحب الإلهي إلى أقصى حد.. وذلك الحب بالذات هو العنصر الأكثر تشويقاً وديمومة في مغامرة الحياة.

الحب البشري لا معنى له ما لم يكن راسخاً في حب الله غير المقيد بشروط. الشاب والفتاة يقعان في الحب وبعدها يقعان في الكراهية. الغرام البشري ناقص ومقيد بالكثير من الشروط بينما العشق الإلهي كامل ولا انتهاء له.

ستكتمل فصول مغامرة الحياة هذه فقط عندما يقهر الإنسان الأخطار والأخطاء بقوة إرادته وبقوة عقله، تماماً مثلما فعل العظماء. عندها سينظر إلى الماضي ويقول: "تلك الإختبارات كانت مزعجة ومحفوفة بالمخاطر وكدت على وشك السقوط، لكنني الآن آمن في ذاتي بعد أن فتح الله بصيرتي وأفاض عليّ بالمعرفة المقدسة."

نستطيع القول أن الحياة مغامرة رائعة عندما يقول لنا الله أخيراً: "لقد انقضت كل تلك الإختبارات المريرة المريعة. إنني معكم للأبد، ولا شيء يمكن أن يلحق بكم الأذى بعد الآن."

يتقوى عقل الإنسان بمصارعة الأمراض والمصاعب وقهر الصعوبات الواحدة تلو الأخرى. إن كل ما يوهن عقل الإنسان هو ألد أعدائه، وكل ما يقويه هو مرفأ سلامه. اهزأ بالمصاعب والنوائب التي تأتيك.

(وبكلمات أبي القاسم الشابي):

{سأعيشُ رغمَ الـــداء والأعداءِ كالنسر فوقَ القمةِ الشمّـــاءِ

أرنو إلى الشمس المضيئةِ هازئاً بالسحبِ والأمطار والأنواءِ}

لقد بيّن لي الله أن هذه الحياة هي مجرد حلم. وعندما تستيقظ في الله ستتذكرها كحلم عابر من الأفراح والأحزان ليس أكثر.

وستعلم عندها أنك خالد طوال الأبد.. في الله الواحد الأحد.

والسلام عليكم

مغذيات روحية

كل شيء سيمضي ويزول، والله وحده هو الثابت السرمدي والملجأ الحصين من كل العواصف والأعاصير العاتية التي تهب على العالم.

***

الصداقات البشرية العابرة ليست غير مشروطة ويشوبها الكثير من الأنانية، لأنه عندما تتوقف المنافع الذاتية تتوقف المحبة. أما الصداقة الروحية والحب الوجداني الصادق فيُشعراننا بالإحساس بالمسؤولية المشتركة لتغذية تلك الصداقة والمحافظة على نقاء ذلك الحب. عندما نحاول فهم شخص ما لا يمكننا فعل ما يزعجه، وعندما لا نحاول فهمه يكون التوافق غير موجود أصلاً.

***

سيأتي اليوم الذي به أودّع هذا العالم، ولكن طالما بقيت على هذه الأرض فإن فرحي الأعظم يكمن في التحدث للذين يثقون بي عن روائع الله وأضاعف شوقهم لذلك النور الإلهي الذي منحني التعزية والحرية والأمان.

توكيدات ذاتية:

يمكنني إنجاز كل واجباتي فقط باقتراض قواي من الله. ولذلك، فإن رغبتي الأولى هي مرضاته. الله هو الحب الأول في قلبي وهو الطموح الأعظم في روحي والغاية القصوى لإرادتي وعقلي.

***

إن ذاتنا الحقيقية - النفس - هي خالدة. إننا موجودون ووجودنا أبدي. الموجة تأتي إلى الشاطئ ثم تعود إلى المحيط دون أن تفقد ذاتها، بل تصبح واحدة مع المحيط.. أو قد تعود ثانية [إلى الشاطئ] بصورة موجة أخرى.

***

إن تعطلت أسلاك جهاز كهربائي فباستطاعة الأخصائي استبدالها بأسلاك جديدة. ولكن عندما تهترئ أنسجة الأعصاب بفعل التهيّج الشديد تفقد الأعصاب فعاليتها، ومن يستطيع استبدالها؟! لذلك يجب مراعاة أقصى درجات الحيطة والحذر في التعامل مع الجهاز العصبي الثمين، لأنه ينمو من الداخل، وإذا ما أصابه التلف سيتعذر ترميمه أو استبداله بجهاز آخر.

***

كان التلاميذ يستمتعون بنزهة مع المعلم برمهنسا في الطبيعة، فقال لهم:

ما أروع أن نشعر بالسلام ونكون أغنياء بالسعادة! فالله يريدنا أن نعيش ببساطة ونتذوق الفرح الروحي.

***

مثلما يستيقظ الإنسان من كابوس مزعج ليدرك أن ما رآه لم يكن سوى مجرد حلم هكذا يستحث الوعي الإلهي الإنسانَ كي يستيقظ من كابوس الغفوة والتيه إلى وعي جديد وفهم سديد لمعنى وغاية الحياة.

إن أردنا اختبار فجر اليقظة الروحية ومعاينة أنوار اليقين فيجب أن نصغي للصوت الداخلي ونستجيب لإيحائه.

ويجب أن نزيح عن الدرب حجارة الوهم وصخور الجهل التي تعيق مسيرة الروح وتعرقل حركتها.. وأن نقرع بيد الشوق باب اليقظة من سبات اللامبالاة علنا نتنسم نفحات الغبطة

ونجلب الكهرباء السماوية إلى كل فكرة من أفكارنا وكل شعور من مشاعرنا وكل عمل من أعمالنا.

***

لا يمكن تذوق طعم السعادة الحقيقية ما لم تتغلب الرغبات الصالحة على الطالحة، وما لم يتم توجيه الإرادة في المسار الصحيح نحو ينبوع الحق ومصدر كل خير في الوجود.

***

الصداقة الصادقة هي أعظم من كل الثروات. فإن استطعت أن تكون صديقاً صادقاً للناس ستعثر على الله.

***

الله هو نبع الحكمة والإلهامات المشرقة التي تتوارد على النفوس الطيبة. وهو العطر السماوي الفواح المتضوع من مباخر القلوب المُحبة. وهو الفرح الأعظم الذي يملأ الروح بالنشوة المقدسة.

***

أسألك يا رب أن تنور روحي لأدرك الحقيقة العظمى. سأبصرك يا رب متجلياً في مظاهر الطبيعة في الزهور والأشجار وكل الأشياء الجميلة. سأفتح بيد التأمل الروحي العميق أبواب السلام على مصراعيها وسأبذل مجهوداً أكبر لتحسين حياتي بحيث أستطيع فهم معناها الحقيقي على نحو أفضل.

***

عندما أكون بصحبة الآخرين، أكون معهم بكل جوارحي وأشعر بفرح عظيم في التفاعل معهم، وعندما أكون بمفردي، أستمتع بذلك الفرح. وعندما أعمل، أعمل بكل طاقتي وإرادتي فأشعر بسعادة متزايدة.

يجب أن نعمل برغبة وفرح داخلي، وإلا لفقدنا حيويتنا ولن نتمكن من تجديد طاقتنا. كما يجب أن نكون مخلصين دوماً وأن ننمي الإخلاص مع تنميتنا لقوة الإرادة، إذ بالإخلاص يمكننا أن نعمل بتوافق وانسجام أكبر مع الآخرين.

***

لا تحزن على حب ضاع منك، سواء بالموت أو بسبب الطبيعة البشرية المتلونة والمتقلبة. الحب بحد ذاته لا يُفقد أبداً

ولا يموت، ولكنه يختفي عنك مؤقتاً، لعلك في بحثك الدائم عنه تتوصل إلى جوهره الحقيقي. وسيواصل الحب احتجابه المؤقت عنك إلى أن تعثر في نهاية المطاف عليه بصورة المحبوب الإلهي الكامن في أعمق أعماق روحك.

***

يجب ألا يعيش الإنسان يوماً بعد يوم في نفس الحالة النفسية غير المريحة. إن صلى الشخص بإخلاص ووثق بأن الله سيمنحه ما يصلي من أجله فسيحصل على بركات الله وعونه.

إن كانت هناك عادة سيئة مستحكمة فبالإمكان خلخلتها وإزاحتها بتشكيل عادة فكرية مناقضة ومناهضة لها وتفعيلها إلى أن يتم تحييد العادة السامة.

يجب أن يؤكد الإنسان لنفسه بأنه سيتغير نحو الأفضل، وأنه سيكون قوياً بالرغم من بعض نقاط الضعف التي يعاني منها حالياً.

في اللحظة التي يصمم فيها الشخص على التغيير الإيجابي سيشعر بأنه أصبح شخصاً آخر وسيجلب له ذلك الشعور فيضاً من الطاقة الحيوية والفرح الداخلي.

***

أحياناً يظهر الله ذاته لمحبيه كنور عظيم أو كصوت كوني أو كفرح لا حد له أو كحب في منتهى العذوبة

أو كفهم وحكمة ومعرفة .

إن نوره يمتد وينتشر كأجنحة كونية فوق الأبدية، وأحياناً أرى هذه الأرض كحلم في قلب ذلك النور

وهكذا أدركت أن العالم هو حلم.

***

مهما اختلفت الآراء بينك وبين أصدقائك الحقيقيين، هناك دوماً تفهّم لوجهات النظر وتواصل ما بينكم. مثل تلك الصداقة تقوم على الاحترام المتبادل وتعني الكثير بالنسبة لك. الصداقة المؤسسة على حب الله هي العلاقة الوحيدة التي يكتب لها البقاء.

***

إن إشعاعات الروح المبهجة يمكن إدراكها بتوجيه الانتباه نحو الداخل. هذا يمكن تحقيقه باستخدام الذهن للتمتع بمناظر الأفكار الجميلة في مملكة الروح المحتجبة عن الأنظار والكامنة في أعماق الذات.

***

بعد كل ما ينجزه الإنسان على هذه الأرض تبدو الحياة فارغة إذ سيضطر لترك كل شيء في نهاية المطاف. سيأتي يوم ينفصل فيه الشخص عن كل ممتلكاته المادية. الناس يحسدون الأثرياء على ما يتمتعون به من ثراء وقوة، لكن هؤلاء
أيضاً سيتركون كل شيء خلفهم ولن يرافقهم من هذه الأرض سوى أعمالهم.

***

أخفق أحد التلاميذ في تجربة روحية فراح يلوم نفسه بحسرة ومرارة، فقال له المعلم برمهنسا:

"لا تعتبر نفسك خاطئاً، فإن فعلت دنّـست الوعي الإلهي في داخلك. لماذا تربط ذاتك مع نقاط ضعفك؟ أكد بدلا من ذلك هذه الحقيقة لنفسك: "أنا قريب من الله وهو يحبني." ابتهل له:

"إلهي، سواء كنت عاقاً أم طيباً فإنني خاصتك. يقـّظ من جديد تذكـّري وشوقي لك يا رب"

***

قال الحكيم برمهنسا إثر التحدث إلى زائر مغرور يفرط في الحديث عن نفسه:

"إن أمطار الرحمة الإلهية لا تتجمع فوق قمم الكبرياء المتشامخة، بل تنحدر بسهولة إلى أودية التواضع."

***

هذه الأرض تشبه بيتاً كبيراً يضم في أرجائه أسرة عالمية واحدة، تستمد تدفئتها المركزية من الشمس ويضيئها نفس القمر وتزينها نفس النجوم، ويتنفس أفرادها نفس الهواء ويأكلون نفس الطعام ويشربون نفس الماء. كل الأجسام البشرية حساسة للألم وللجروح. هناك فكر واحد خلف كل

اللغات، وطبيعة بشرية واحدة خلف كل السمات والخصائص القومية لكل الشعوب.

***

دعني يا رب أحس بحضورك في كل نشاط أقوم به.
وساعدني على إقصاء ظل الخوف الذي يحجب نور هدايتك.
ولتتفتح زهور أشواقي في حديقة قلبي وأنا في انتظار بزوغ فجر قدومك.

***

إنني أردد صلواتي على سُبحة حنيني المشدودة حباتها بخيط الحب الإلهي.

إلهي الحبيب، اجعلني عندليب الحياة الذي يشدو لك أعذب الألحان. دعني أصنع من أحلامي بك وأشواقي لك
سلماً أصعد عليه إليك.

في بحيرة الحياة المرتجة أبصر حياتك الكونية. أبتهل إليك بأن توجه أنهار رغباتي الجارية وسط صحاري الصعوبات كي تمتزج ببحرك الكوني.

***

الخطيئة هي كل ما يبقي الإنسان غافلا عن الله وغير مهتم به.

***

أنا قطرة نداك المرتعشة على ورقة الحياة والموت، والمنسابة نحو بحرك الإلهي الذي لا ساحل له.

أنا قطرة طلّك الهائمة والعائدة أخيرا إلى البيت السماوي.

أنا قطرة نداك الخالدة المتراقصة على بتلات الماضي والحاضر والمستقبل.

أنا قطرة نداك المنتشية بالمحبة والمنزلقة بأمان فوق ورقة الإغراءات الأرضية لأمتزج بمياه حكمتك الطاهرة النقية. لا أريد أن أفقد ذاتي، بل أريد أن أتوسع توسعاً لا نهائيا بالتمازج مع بحرك الأعظم. أجل، أريد أن أكون قطرة نداك التي ترشفها كل الشفاه المتعطشة لله.

***

إن الله يفهمك عندما يسيء الكل فهمك. إنه المحب الذي يرعاك بحنان ويعطف عليك دوماً... الآخرون يمنحونك مودتهم لفترة قصيرة ومن ثم يهجرونك. ولكن الله لا يتركك ولا يتخلى عنك.

***

قوة الإرادة تحوّل الفكر إلى طاقة، وذوو النجاحات الباهرة هم ذوو إرادات حازمة. عندما ينمي الشخص إرادته لا يستسلم للظروف المعاكسة مهما تعاورته المصاعب، بل يؤكد دوماً لنفسه بأنه لن يُهزم في معركة الحياة.

***

حاول أحد العقلانيين المتعجرفين إرباك المعلم برمهنسا أثناء بحث مسائل فلسفية معقدة، فقال المعلم مبتسما: "الحقيقة لا تخشى من الأسئلة أبدا."

وقال المعلم: "مستحيل أن يهجرنا الله أو يتخلى عنا. فهو يعمل بخفاء بكل السبل لمساعدتنا ولتسريع تقدمنا الروحي."

***

العظماء يفعلون كل شيء بقوة الإنتباه الممنوحة من الله، وتلك القوة يمكن إحرازها بالتأمل. عندما نستخدم تلك القوة الإلهية المركزة يمكننا بلوغ النجاح وتنمية الجسم والعقل والروح.

***

الشعوب الشرقية هي – كقاعدة – ذات ميول روحية. فهي تنظر للحياة نظرة فلسفية وتعمل على تنمية ميلها الطبيعي للتأمل. وبالرغم من ذلك فهناك العديد من الشرقيين ممن استخدموا وقت فراغهم في التواني والكسل بدلاً من العمل على اكتساب المعرفة الروحية، ومع هذا فإنهم يمتلكون أحاسيس روحية متيقظة.

***

عندما يغمض الإنسان عينيه يظن بأن هذا العالم كله عناء وشقاء، ولكن عندما يفتح عين الحكمة ويحتفظ بهدوئه واتزانه سيستمتع بهذا العالم تماماً كما لو كان يشاهد فيلماً سينمائياً ممتعاً.

***

للشروع في التأمُّل:

اجلس بوضع ثابت، بحيث يكون العمود الفقري منتصباً، استر مقلتيك المتقلبتين بغطاء جفنيك. احفظهما بلا حراك. حلحل عقلك من الشعور بكتلة الجسد، أرخِ الأعصاب المعلقة بعضلات وعظام جسمك الثقيلة. انس فكرة حمل ونقل حزمة كثيفة من العظام مربوطة في قماش اللحم الخشن.

استرخِ، حرِّر عقلك من وعي العبء الجسدي، لا تفكر بثقلك المادي، بل اشعر أنَّ نفسك متحرِّرة من الصفة الدَّائمة للثقل. حلِّق بطائرة أفكارك للأعلى، للأسفل، لليسار، ولليمين، في اللا نهاية أو إلى أي صقع تريد.

اشعر وتأمَّل بتحرُّرك العقلي من الجسد. احلم، وعش، واشعر بهذا التحليق. وإذ تظل جالساً بوضع ثابت، ستتزايد هذه الحرية باستمرار وباطراد.

اقفل أبواب الجفون واقصِ رقصات الاغراءات الحسية. انحدر بعقلك إلى ينبوع قلبك الذي لا قرار له ولا نهاية. احتفظ بعقلك مستغرقاً في قلبك الذي يتدفق بالدم الحيوي، واحفظ انتباهك مشدوداً بأوتاره حتى تشعر بخفقه الإيقاعي. ومع كل ضربة من ضرباته اشعر بنبض الحياة الجبارة.

تصور نفس الحياة الشاملة تقرع أبواب قلوب ملايين البشر ومليارات الكائنات الأخرى.

ضربات القلب المتواصلة تعلن بوداعة عن وجود القوة اللامتناهية خلف أبواب معرفتك. الخفقات اللَّطيفة للحياة الشاملة تهمس لك:

"لا تحصل وحسب على سيل شحيح من حياتي، بل وسّع مجال إحساسك ودعني أغمر دمك وجسمك وعقلك وأحاسيسك وروحك بخفقات حياتي الكونية."

***

يجب أن نفكر دوماً بما نحن مقدمون على عمله وكيف سيؤثر ذلك علينا.

التصرف بدافع الأهواء والغرائز ليس حرية لأن النتائج غير المُرضية للأعمال المغلوطة هي بمثابة قيود مكبلة. أما الأشياء

التي تخبرنا حاسة التمييز بأنها جيدة وبأن نتائجها سليمة فينبغي عملها لأنها تمنح شعوراً من الرضا والحرية. ذلك النمط من التصرف الموجّه بالحكمة يجلب في أعقابه الخير والبركة.

***

وإذ يدرك المريد أنه على تناغم مع الله يبتهج بالروح ويهتف فرحاً: "يا رب، لم أجد شيئاً في الدنيا أروع وأعذب منك"

***

الريح تمرح
والشجرة تتنهد
والشمس تبتسم
والنهر يتهادى
والأرض تستبدل ثوبها النجمي الأسود
برداء الضياء الذهبي المبهر
والطبيعة تحب استعراض جمالها
بتغيير ألوان الفصول البهيجة
والجدول ذو الخرير يحاول دوماً
أن يفصح بتلعثم عن فكرٍ عميق من وحي الروح
والطيور تصبو للغناء والتغني
بأشياء مجهولة تعتمل في صدورها.
لكن للإنسان القدرة
على التحدث بفصاحة ووضوح، وبمعانٍ جديدة
عن سيد الأكوان
الموجود في كل مكان
الذي عجزت باقي الكائنات
عن الإفصاح عنه وإعلان حضوره.

***

وجد المعلم برمهنسا أنه من الضروري تأديب أحد التلاميذ بسبب غلطة خطيرة، وفيما بعد قال متنهدا:

"لكم أود أن أؤثر بالآخرين عن طريق المحبة لا غير، فقلبي يتصدع ويتوجع عندما أجد أن لا مفر من تدريبهم بطريقة أخرى."

***

في محراب التأمل أشعل شمعتين اثنتين: شمعة الفجر وشمعة يقظتي. أكاليل رائعة من أشواقي الحارة تطوّق أقدام حضورك الكلي. عبيرك المتضوع من أزاهير المحبة في أصيص قلبي ينفح كل زاوية من زوايا حياتي. لقد تلاشت ظلال مخاوفي وأوهامي لمجرد سطوع نورك يا إلهي الذي أيقظني للأبد من أحلام الوجود الفاني. بيقظة دائمة وبعينين والهتين سأحدق دون انقطاع في وجهك اللانهائي متأملا في قسماته التعبيرات العذبة التي لا تتكرر أبدا!

***

عندما يستبد الغضب بالإنسان أو تتملكه الكراهية فإنه يتقمص طبيعة غير سوية. فالشخص الذي يستشيط غضباً يفقد السيطرة على مشاعره وقد يلحق الأذى بغيره، لذلك من الخطأ أن يسمح الشخص للانفعالات العنيفة بأن تتحكم به وتملي عليه تصرفه، لأنه إن فعل يسجن نفسه داخل زنزانة من الأمزجة الحادة والطباع المؤذية التي هي مصدر كل كآبة وتشويش نفسي. وللتخلص من تلك الحالات النفسية غير المريحة يتعين إذابة تلك المشاعر والعواطف اللصيقة بالوعي الجسدي. التأمل [أي التوجه إلى الله قلباً وروحاً وفكراً] هو السبيل.

***

تأكيدات:

سأراقب أفكاري وأقوالي بحيث لا يصدر عنها إلا كل ما هو جميل وصادق. سأنطلق بإيمان كلي بالله مدركاً ان قوته تنساب من خلالي وان حضوره الكلي يشملني وعنايته ترعاني.

يا رب، لقد اخترقت حجب المادة وعثرت على حبك، وبت أدرك أنني وسيلة للإعراب عن العقل الكوني والجمال الروحي. سأكرس كل قواي وقدراتي لإظهار إرادتك الإلهية.

كلما فكرتُ بك يتولد في كياني فيضٌ من الشوق المتأجج، فيهز مشاعري ويسري من قلبي إلى كل خلايا جسمي فيشحنها بالحب الإلهي. أقصى أمنياتي هي بلوغ قـُدس أقداس كيانك والتلذذ بحضورك. فجأة ينفتح باب الروح، ويا للغبطة التي تغمرني لدى رؤية نورك الوهّاج!

***

بتوحدي معك أيها الروح الكلي سأصبح خفقة الحياة الكونية. سأعوم في بحر النفوس و سأتراقص على أمواج مشاعر البشر المقدسة وأرشّ الجميع بالفرح المبارك. سأطـْلق سيلا عالميا من الطموحات السامية.

سأكون كل العبرات المذروفة تعاطفاً مع الآخرين. سأكون حاضراً في صمت القديسين الذهبي والآمال المتفتحة للعقول الوردية. أيا محقق الأماني الأمين! عندما تمازج شرارتي الخالدة نورَك اللانهائي سأومض في كل العيون.

***

في أيام صيف الحياة أستجمعُ الرحيق الوجداني من زهور المزايا العذبة التي تنبت في بساتين النفوس الطيبة، واختزن في قلبي العصارة المستقطرة من رياحين التسامح الباسقة وبراعم التواضع ذات الشذى الناعم، والنوارات النادرة للأفكار اللوتسية الغضة. وعندما تنهمر حولي ثلوج تجارب الشتاء الباردة والفراق الأرضي الأليم، ألتمس الدفء والسلوى في الرحيق المختزن في خلية قلبي. في تلك الخلية المباركة بحضورك غالبا ما أجد النحلة الإلهية ترتشف حلاوة أشواقي المعتـّقة، فأشعر بالطمأنينة والبهجة والعزاء.

***

إن امتلاك الثراء المادي دون السلام الداخلي يشبه الموت عطشاً أثناء السباحة في بحيرة. إن كان لا بد من تحاشي الفاقة المادية فينبغي مقت الفقر الروحي لأنه علة كل الآلام والمعاناة البشرية. الأهل الأثرياء الذين يتركون أموالاً كثيرة لأبنائهم غالباً ما يخنقون نموهم النفسي ويعيقون تطورهم وسعادتهم اللذين يتوقف استحقاقهما على الجهود التي يبذلونها.

بمناسبة يوم الإبتسامة:

في لحظة صعبة سمعت صوتك يا أمي الكونية يهمس: "إن شمس حمايتي تشع بالتساوي على أسطع وأظلم ساعاتك. لا تقلق يا بني، بل آمن وابتسم! دع نوري الشافي يظهر من خلال ابتساماتك الشفافة. بكونك سعيداً يا بني تفرحني وترضيني!"

***

يا رب،

لقد بددتْ نسائمُ إلهامك كل الغيوم من أفق عقلي الذي يبدو الآن نقيا صافيا. وبعينين مطهّرتين أبصرك وحدك في كل مكان. أشعة شمس غبطتك تنفذ إلى أعمق أعماق كياني وبجوع الدهور أتغذى على نورك المبارك.

***

قال المعلم برمهنسا لمجموعة من المريدين:

"عندما تغوصون بعمق في الوعي الإلهي عن طريق العين الروحية ستبصرون البعد الرابع متوهجاً بعجائب العالم الباطني. من الصعب بلوغ تلك الحالة، ولكن ما أروعها من حالة وما أبهجها! لا تقنعوا بالحصول على بعض السلام في تأملكم، بل حنـّوا من كل قلوبكم لسلام الله وتعطشوا لنعيمه."

***

ما يحتاجه العالم هو الحب الأخوي والوحدة والمساواة وملء القلب بحب الله ومراعاة نواميسه الخلقية. المتاعب والمضايقات تحدث بسبب عدم دراية الإنسان بأعماله الماضية التي قام بها في مكان ما وفي زمن ما. فمعاناته الحالية ناجمة عن أفكار وأفعال صدرت عنه فتجسّدت بذوراً تغلغلت في تربة الوعي فأنبتت نبتاً وأخرجت ثمراً له نفس مواصفات الأفكار التي أطلقها والأفعال التي قام بها.

***

المعبد الذي يحبه الله هو معبد السكون والسلام والحب والجمال، ومن يدخل ذلك المعبد ستغمره سكينة الروح ويلامس الحضور الالهي.

***

يجب على المرء ان ينهمك في إنجاز الأمور البناءة لتحسين ذاته ومنفعة غيره، ومن يرغب في التعرف على الله ينبغي ان يحاول فعل الخير ومساعدة الآخرين على قدر استطاعته على أساس يومي.

***

التصرف الظاهري يعكس حياة الشخص الداخلية. الكماليات الخارجية لا يمكنها أن تسعد الإنسان، لأن

السعادة تتوقف على مدى ضبط الإنسان لنفسه والتحكم بمسار حياته.

***

عندما أستيقظ كل صباح أضع بعض مقررات إيجابية وأعد نفسي بأنني سأنفذها، ثم أقوم باستذكار تلك المقررات طوال اليوم وأحث نفسي على إنجازها، وعندما أجد أنني قد حققت ما وعدت نفسي به أشعر بأنني منتصر. مثل هذه المقررات الذاتية تشحذ العزيمة وتقوي الإرادة، وإلا فقد يجد الشخص نفسه محمولاً على أمواج العواطف المحتدمة ومحكوماً بالانفعالات السلبية.

***

يجب ان تبدأ الصداقة في البيت، فان وجدت في أسرتك واحداً منسجماً معك على نحو خاص قم بتنمية المودة مع ذلك الشخص أولاً. بعد ذلك، ان شعرت بالانجذاب نحو شخص من معارفك ذي مُثل مشابهة لمثلك، فقم بتعزيز تلك الصداقة. يجب القضاء على كل الرغبات الانانية والحسابات الشخصية وتوطيد العلاقات الودية مع الناس الطيبين.

***

محبو الله هم إخوتي وأخواتي الحقيقيون. إنني أشفق على عديمي المعرفة وأتحاشى الاختلاط بالمتغطرسين، أما الذين يحبون الله فأشعر بالقرب منهم وأسعد بالتواصل معهم.

الحب الإلهي لا يمكن وصفه ولكن يمكن تذوقه عندما يتطهر القلب وتتعاظم الأشواق للمحبوب الكوني. عندما يتم توجيه العقل والشعور نحو الله يتدفق الفرح الروحي غزيراً من ينبوع القلب.

***

في أعماق قلبي نصبت لك عرشاً سرياً. شموع أفراحي تتوجها أضواء خافتة على أمل قدومك وسوف تتألق بسطوع أكبر عندما تظهر.

***

الاسترسال في الطباع السوداوية هو موت بطيء، في حين ان محاولة الشعور بالبشاشة والاستبشار يومياً بالرغم من كل الاختبارات المعكّرة المكدّرة هي ولادة روحية جديدة.

عندما تعثر على الله ستشعر برضاء حقيقي ومستدام. الصداقات البشرية قد ينفرط عقدها وتتقطع حبالها، ولكن الله لن يتركك. وحتى لو هجرك الجميع وتخلوا عنك، فان كان الله معك تكون قد امتلكت كل شيء في هذه الحياة وفزت بالنصيب الأوفى والأوفر.

***

قال المعلم برمهنسا لأحد المتشككين في إمكانية رؤية النور الإلهي:

"إن شككت لن ترى وإن رأيت لن تشك."

وقال لمجموعة من التلامذة المسوفين:

"يجب أن ترتبوا حياتكم وتنظموا أوقاتكم. لقد خلق الله النظام، فالشمس تشرق حتى الغروب والنجوم تومض حتى الفجر."

***

في معظم الأحيان يتكلم الناس ويتصرفون وفقاً لوجهة نظرهم الخاصة، ونادراً ما يرون أو يحاولون أن يروا الأمور من وجهة نظر الآخر. إن دخل اثنان في جدال وتحول ذلك الجدال إلى خصام ثم إلى عراك فاللوم يقع على الإثنين معاً بصرف النظر عمن بدأ الجدال. ذوو التبصر والروية يبحثون الأمور بمنطق وعقلانية وتفاهم.

***

سأنهض من الفجر وأصحّي حبي النائم كي يتيقـّظ في نور الإخلاص الحقيقي لإله السلام في روحي. يا رب، في معبد غير منظور مشاد بصوان الإخلاص تقبَّل تقدمات قلبي المتواضعة المتجددة يومياً بالابتهالات.

***

صُن نفسك في معقل الحكمة الذي هو أعظم حمىً. الفهم التام سيأخذك إلى حيث لا يقوى شيء على إلحاق الأذى بك.

***

قال المعلم برمهنسا لمجموعة من المريدين:

"التوبة لا تعني فقط التأسّف على ارتكاب خطأ ما، بل الإمتناع عن فعل ذلك ثانية. عندما تتوبون توبة حقيقية فإنكم تصممون على ترك الشر دون العودة إليه. القلب قاسٍ ولا يلين بسهولة. رققوه بالدعاء والإبتهال وستحل عليكم البركات الإلهية."

***

غالباً ما نجد بعض المعيلين أو كاسبي لقمة العيش في الأسرة سواء من آباء أو أبناء، وفي بعض المجتمعات من أمهات أو بنات، يبدون نزعة سلطوية بسبب الشعور بأنهم في مكانة تخولهم السيطرة وفرض الرأي.

يجب ألا يصب هؤلاء الديكتاتوريون الصغار غضبهم على أفراد أسرتهم الذين يحتاجون إليهم ويعتمدون عليهم. لأنهم إن فعلوا يفقدون احترام وتقدير أحبتهم.

***

إن القول بأن شخصاً ما هو ضعيف الشخصية منذ ولادته ولا يمكن أن يصبح قوياً هو قول مغلوط، إذ هناك إمكانية لأن يصبح ذلك الشخص عظيماً وينجز أشياء رائعة في كافة مناحي الحياة.

عندما يتمكن الشخص من جعل الآخرين يشعرون بحبه وبنواياه الطيبة سيتمدد حبه ويمتزج بالحب الكوني الذي يسري في كل القلوب.

***

في سكينة الروح، وفي خميلة التركيز العقلي والأشواق المتعاظمة، لا نهاية للحب الالهي ويا سعد من شعر بالحضور المبارك وتذوق رحيق الوصل.

***

دعاء:

امنحني يا رب ثقة الأطفال الأبرياء بك والإخلاص التام لك. باركني كي أشعر بقربك خلف ابتهالاتي وألمس حضورك في كل عواطفي وأدرك أن حكمتك النيّرة تسند فهمي ومعرفتي.

***

بعد أن أثنى المعلم برمهنسا على أحد التلاميذ، أضاف قائلاً: "عندما يقال لك بأنك طيب، فينبغي ألا تكف عن بذل المجهود لتصبح أحسن مما أنت عليه. فتحسّنك المتواصل سيجلب السعادة لك ولمحبيك على السواء."

***

لو كان قادة العالم المعاصرون مستنيرين ويعملون معاً لتمكنوا من القضاء على الحرب والفقر في العالم في غضون سنين قليلة. الوعي الروحي وحسب (الإحساس بالحضور الالهي) يمكنه إنقاذ العالم وبدون ذلك لا يتحقق السلام. يجب ان يبدأ الانسان بنفسه فالوقت أثمن من ان يبدد سدىً، وواجب الانسان القيام بدوره لجلب مملكة الله إلى الارض.

***

الصداقة هي الجذب الروحي الكوني الذي يربط الأنفس برباط الحب الإلهي ويقربها من بعضها، فتروي القلوب ظمأها وتبتهج النفوس بتذوق الحب السماوي المنساب من خلال القنوات البشرية.

***

ان الذي ينمّي حبه لله ويوثّق علاقته به في أوقات السعادة والرخاء سيجد الله بقربه عندما يحتاج إليه، لكن الذي يسوّف ولا يهتم بتوثيق تلك العلاقة سيتحتم عليه مواجهة تجاربه بنفسه إلى ان يتمكن - بالحكمة والتسليم الكامل - من العثور على الرفيق الأعلى.

***

العالم بأسره غارق في لجج التشويش والضياع بسبب الرغبات الجشعة التي لا تعرف الاكتفاء والارتواء. الجشع والطمع يولدان الحروب. من يقهر نفسه في معركة الحياة هو البطل

الحقيقي. المال والشهرة والشهوات وكل ما يناقض هذا المبدأ هو ضار بسلامنا وسعادتنا.

***

يظهر الله في سكينة النفس ونلمس حضوره من خلال الإحساس بفيض من الغبطة فتتحقق أمانينا الروحية وتدرك أشواقنا ومحبتنا غايتها.

***

ما لم يتم تنمية المعرفة الروحية على نحو يوازي تقدم العلوم الطبيعية والمبتكرات التكنولوجية فان الأفراد والامم سيضيعون في متاهات الشقاء والدمار.

***

الله يريدنا ان نأتي إليه ونتعرف عليه لكن معظم الناس غير راغبين، ومع ذلك فعندما تظلم الدنيا في عيونهم ويقعون في فخاخ المشاكل أو فريسة للمرض يسارعون في التوسل إليه وطلب عونه.

***

كثيرون يترددون في البحث عن الله ويظنون انهم ان فعلوا ستصبح الحياة قاتمة لا لذة فيها ولا رونق لها، ولكن على العكس تماماً. فالسعادة النقية التي أتذوقها بالتناغم التام مع الله يعجز الكلام عن وصفها، فأنا أعيش حالة من الفرح الروحي ليل نهار. ذلك الفرح هو نعيم الله والتعرف على الله يعني التحرر من الشقاء والشعور بالطمأنينة والرضاء.

***

الكلمة المفتاحية بالنسبة لمعظم الناس في هذه الحياة هي "أنا". ذو الطباع والميول الروحية يفكر بالآخرين مثلما يفكر بنفسه. الذين يفكرون فقط بأنفسهم يجلبون لأنفسهم عداوة وسخط الناس من حولهم. أما الذين يراعون مشاعر ومصالح الغير فيجدون أن الآخرين يفكرون بهم ويراعون مشاعرهم.

إن كان هناك مائة شخص في بلدة ما، وكل واحد يريد أن يأخذ من الآخر فسيكون لكل واحد تسعة وتسعون خصماً. أما إن كان كل واحد يحاول مساعدة الآخر فسيكون لكل واحد تسعة وتسعون صديقاً.

لقد عشت بتلك الكيفية ولم أفقد شيئاً بإعطاء ما لديّ للآخرين. بل كل ما أعطيته عاد إليّ مضاعفاً من فضل اللهً. والآن لا أتشوق لشيء لأن ما أملكه في أعماقي أكبر وأثمن من أي شيء يمكن أن يمنحه لي العالم. ما يجدّ الإنسان في طلبه هو تحقيق السعادة، ومتى امتلك السعادة تنعدم الحاجة إلى الظروف الموصلة إليها.

***

عندما تبعث بنوايا الخير إلى الآخرين يتمدد وعيك. وعندما تفكر بجارك ينطلق جزء من كيانك مع ذلك التفكير. لكن التفكير وحده لا يكفي، بل يجب أن نكون على أهبة الإستعداد لوضع التفكير قيد التطبيق. الإيثار يجلب لصاحبه خيرات كثيرة وسعادة كبيرة، لأنه بالإيثار يصون المرء سعادته. غايتي هي إسعاد الآخرين لأن سعادتي هي من سعادتهم.

***

الفكر هو مصدر كل المشاكل ومنبع السعادة، والإنسان أقوى من كل تجاربه لأن الله منحه القوة للتحكم بفكره وجسمه، ويجب عدم تسميم عقله بالأفكار السلبية.

***

المتوافقون مع الله يمكنهم التغلب على أكبر وأعتى مصاعب الحياة. ومع أن هذا الحلم الكوني يبدو مزعجاً كالكابوس أحياناً، لكن عندما نتناغم مع الله سنجد أننا متحررون من ذلك الكابوس.

***

هناك نوع من البكتريا التي تولد وتتكاثر وتموت في غضون ساعتين فقط. فهذا النوع يختبر في نهار واحد بل في أقل من ذلك ما يحتاج الإنسان لاختباره في فترة زمنية طويلة قد تمتد إلى ثمانين عاماً.

إن السبعين أو الثمانين عاماً التي نحياها هي مجرد ومضة في الأبدية. ومن وجهة نظر نسبية فإن كل ما يحدث لنا يتم بنفس السرعة التي تحدث للبكتريا المذكورة أعلاه.

لذلك يجب عدم إضاعة الوقت سدىً وعدم السماح للرغبات والنزوات بأن تتحكم بنا، وأيضاً عدم فعل ما لا يقرّه الضمير. عندما يصبح الإنسان سيد نفسه وأفكاره ومشاعره وأفعاله لن يتمكن أحد أو أي شيء من التأثير عليه.

***

تهجع الحياة في الأرض الخشنة وتحلم بالجمال في الزهور وتستيقظ بقوة في الحيوانات وفي وعي الإنسان تدرك إمكانياتها غير المحدودة.

***

يقول الحكماء:

إن ثمرة الأعمال الطيبة المدفوعة بحب الله والفضيلة هي التوافق والنقاء. وثمرة الأعمال المدفوعة بالرغبات والطموحات الأنانية هي الألم والعناء. أما ثمرة الأعمال الشريرة فهي الجهل والغباء.

العمل الطيب يثمر السعادة والأعمال الدنيوية المشبعة بمحبة الذات عاقبتها المعاناة والألم. أما الأعمال الشريرة المتواصلة فتقضي على ملكة التمييز والفهم في الإنسان.

البعض يكتب إسم الحكيم على هذا النحو: باراماهانسا أو باراماهانزا يوجاناندا

من الهوة إلى الذروة: قصة نجاح

مزيد من محاضرات المعلم برمهنسا يوغانندا

على الرابط التالي:

www.swaidayoga.com

(هذه قصة واقعية مترجمة عن شخص كان دائم الفشل، لكنه بممارسة التفكير الخلاق والتأكيد الإيجابي استطاع في النهاية التغلب على أسباب فشله وتمكن من تسخير النجاح لإرادته.)

مثلما يوجد أناس ناجحون بالفطرة، هناك أيضاً فاشلون بحكم العادة.

كان صديقي وتلميذي (س) شخصاً فاشلاً منذ الولادة. صحيح أنه كان فتىً ذكياً، مواظباً ومتشوقاً لكسب المال، لكنه ما أن كان يفكر بعمل أو وظيفة ما حتى تحيط به عوامل الفشل منذ البداية.

وذات يوم أتى إليّ صفر اليدين، مطارَداً من الدائنين، مهجوراً من الأصحاب، يطلب مني النصيحة.

سألته عن سبب متاعبه فقال:

"يا سيدي إنني إنسان فاشل، ولسبب لا أعرفه ما أن أشرع في عمل ما حتى أفقد ذلك العمل ويتضرر المكان الذي أعمل به أيضاً، فيخسر رب العمل عمله بعد فترة وجيزة من تشغيلي عنده. ولذلك أصبحت أرهب البحث عن العمل خوفاً من تعطيل مصالح أرباب العمل الذين سيشغلونني عندهم، بفعل اهتزازاتي الفاشلة. وإنني متيقن بأنني سأخسر عملي لا محالة لأن الشركة التي ستوظفني ستعلن إفلاسها وتقفل أبوابها، وتصرفني جرّاء ذلك. ولهذا ليس لي الحق في التسبب بتدمير أعمال الآخرين لمجرد صلتي بهم. "

تمكنت من إيجاد عمل له في إحدى الشركات الصغيرة وطلبت منه أن يردد لنفسه كل مساء، قبل النوم وكذلك عند الإستيقاظ التأكيد التالي:

"يوماً بعد يوم.. وفي كل يوم.. أنجح أكثر فأكثر في مجال عملي.."

مضى شهر فقال لي (س)، محذراً: "سيدي، الشركة التي شغـّلتني بها آخذة في التضعضع وحالتها لا تبشر بالخير، فبالله عليك أن تخلصني منها قبل أن تنهار بالمرة، لأنني سأخسر عملي على أي حال عندما تفشل الشركة. لكن استقالتي الآن ربما

تعمل على تجنيب الشركة المصير المحتوم والمشؤوم بسبب اهتزازاتي التعيسة الحظ."

ضحكتُ دون أن ألقي بالاً لما قاله (س)، بل طلبت منه مواصلة التأكيد والإحتفاظ بعمله. وبعد أسابيع جاء إليّ في إحدى الأمسيات وقال متنهداً:

"لقد حصل ما كنت أخشاه بالضبط."

سألته: "وما الذي حصل؟"

قال: "انهارت الشركة مثلما أخبرتك وكما تنبأت."

قلتُ له محتجاً: "أليس صحيحاً أنه عندما كنت تؤكد لنفسك "يوماً بعد يوم.. وفي كل يوم.. أنجح أكثر فأكثر في مجال عملي.." كنت بالحقيقة تردد تلك الكلمات كالببغاء؟ وأن أخطبوطاً من الشك ظل ممسكاً بتلافيف دماغك بحيث كنت تقول بينك وبين نفسك: "يا معتوه، إن أحوالكَ تزداد سوءاً مهما حاولت أن تقنع نفسك بالنجاح"؟!

أجاب: "إي والله.. هذا ما يحدث بالفعل."

نصحت (س) بالتخلص من الإهتزازات والأفكار السلبية الثقيلة حال بزوغها في عقله، لا سيما أثناء تكرار التأكيد الإيجابي، لأن العقل الواعي ذا القناعة الراسخة يمكنه التأثير على الوعي الباطن أو اللاشعور، والذي بدوره ومن خلال قانون التجاوب المغناطيسي يؤثر على العقل الواعي بفعل قوة العادة.

وأردفتُ قائلاً: "إن التأكيد المتواتر للأفكار والعادات الإيجابية حتى تسري وتتجذر في العقل الباطن كفيل بإزالة الحواجز الفكرية الباطنية الموروثة أو المكتسبة. ولا سبيل للنجاح ما دامت أفكار ومشاعر التثبيط والإحباط متمترسة في العقل الواعي أو الباطن. وأن من شروط النجاح امتلاك القدرة الخلاقة والظروف المواتية والميول الفطرية. فإن تمكنتَ من ملامسة الوعي السامي ذي القدرات غير المحدودة يمكنك عندئذ خلق

فرص جديدة لذلك النجاح الذي ما زال هارباً منك وتعجز عن الإمساك به."

ووُفقت ثانية إلى مساعدة (س) في الحصول على عمل آخر، أكبر من الأول. لكن بعد ستة شهور (وتلك كانت أطول مدة أمضاها صاحبنا في العمل) قال لي في أصيل أحد الأيام: "إن حالة الشركة آخذة في التدهور المتسارع، فالرجاء أن تخلصني بسرعة."

لم أعر انتباهاً لهواجسه، بل طلبت منه الإستمرار في عمله. وبعد أسابيع قليلة قال لي (س) مبتسماً: "الوظيفة الثانية التي دبّرتها لي ذهبت يا سيدي مع الريح!"

قلت بهدوء: "ما عليك (ولا يهمك)، سأجد لكَ عملاً آخر."

فأجاب: "حسناً يا سيدي، ما دمت تأخذ على عاتقك انهيار شركة أخرى بفعل مخالطتي لأصحابها فلا مانع لديّ."

وبالسعي المتواصل عثرت على عمل جيد جداً لـ (س) في مؤسسة كبيرة. مرّت سنة ولم يحدث شيء، علماً أن (س) كان يحاول في كل أسبوع ترك الشركة خوفاً من تدميرها كسابقاتها.

أخيراً طلبت منه أن يستثمر أمواله في عمل خاص به، فاعتراه الخوف وحدّق بي ذاهلاً وقال: "هكذا تنصحني؟ ألا تعتقد أنني سأخسر مالي الذي جمعته بجهد جهيد إذا ما استثمرته؟"

فأكدت له بثقة: "لا بد أن تستثمر مالك وطاقاتك في مشروع جيد، كمركز تموين محلي لا يتطلب استثماراً ضخماً، وإنني واثق من نجاحك."

وفي غضون سنين قليلة أصبح (س) صاحباً لممتلكات كثيرة ومخازن كبيرة.

وما أن اقتنع بنجاحه حتى وجد نفسه ناجحاً في كل ما يفعله. وذات يوم قال لي ضاحكاً: "بفضل الله وفضلك تحولت من شخص فاشل إلى رجل ناجح. لقد تغلبت على الفشل

وأدركت أن فشلي المتواصل كان بالفعل ناجماً عن نقص في فهمي لواجبي. لكنني لا أعرف كيف تمكنت من النجاح بعد أن هدمت أعمال الآخرين بسبب اهتزازاتي الفاشلة."

فقلت له موضّحاً : "إنك لم تتسبب في هدم المصالح التي كنت تعمل بها. إن قانون التجاذب الذي يحكم الناس، على أساس الإهتزازات المتشابهة، يعمل سلباً أو إيجاباً (فشبه الشيء منجذبٌ إليهِ).

طبيعتك الفاشلة جذبتك إلى شركات كانت أصلاً على وشك الفشل، والعكس بالعكس.. إذاً لقد كنتَ فاشلاً وكانت الشركات أيضاً على شفا الإنهيار. وطبقاً لقانون الجذب المتبادل فقد تدحرجتَ بمعية تلك الشركات من تلة الفشل وارتطمتم بالصخور في نفس الوقت."

العبرة من هذه القصة هي أن النجاح التام يعني خلق ما يحتاجه المرء بالإرادة من خلال إيقاظ قوى الوعي السامي غير المحدودة. تلك القوى يمكن إيقاظها بمعرفة الطريقة الصحيحة للتأمل والتفكير الإيجابي الخلاق من أجل اكتساب الصحة والنجاح والحكمة والسعادة.

والسلام عليكم

من بيادر الروح

هل تعلم لماذا بعض الناس غير قادرين على الحصول
على ما يبتغونه في الحياة بطرق مشروعة، مهما حاولوا؟
أولاً، لأن معظم الناس يعملون بهمة فاترة
ولا يستخدمون سوى عُشر انتباههم لا غير
ولهذا لا يمتلكون القوة على تحقيق النجاح.
إضافة إلى ذلك، فقد يعود السبب إلى أعمال خاطئة
اقترفوها في الماضي فتسببت لهم
بحالات مزمنة من الإحباط والفشل.
ولكن لا يتعين عليك أن تقبل أبداً
قيود الكارما ومحدودياتها

ولا ينبغي أن تعتقد في قرارة نفسك بأنك
غير قادر على تحقيق أهدافك.
عندما تعجز عن تحقيق هدفك
فغالباً ما يعود السبب إلى إقناع ذاتك
بأنك ليس كفؤاً لإنجاز ما تصبو إليه
ولكن عندما تقنع نفسك
بأنك تملك قوىً لا حد لها
تستطيع تحقيق أشياء كثيرة وكبيرة.
التواصل مع الله يغيّر اهتزازات الوعي
ويفتح منافذ العقل المسدودة بالشواغل
والإنهماك الزائد بالماديات
ويضيف بُعداً روحياً للفكر والإحساس
ونتيجة لذلك تتحطم القيود المكبلة للإرادة
ويبزغ في النفس أفق من الحرية والرؤية الصائبة
وهذا قانون روحي يعمل بدقة لصالح كل من يستخدمه.
عندما تتركز أشعة الفكر دون تشتت
تأتي قوة الله العظمى
وبفضل تلك القوة
يمكنك تحقيق النجاح الروحي والنفسي والمادي.
لقد استعنتُ بتلك القوة المباركة
مراراً وتكراراً في حياتي
وأعلم يقيناً أن قوة الله لا تخيب
وبإمكانك أن تفعل ذات الشيء إن رغبت.
القوى الأخرى قد تجلب بعض النجاح
إنما نجاح لا ديمومة له
ولكن عندما يُشحن العقل بالمغناطيسية الإلهية
سيشع منه نورٌ عظيم
يُظهر الحضور الإلهي
الذي لا نظير له
يقول العارفون
لا يمكن اكتساب المعرفة الإلهية بدراسة الأسفار
ولا بالذكاء والنباهة

ولا حتى بالتبحر في الفلسفات
بل بنعمة إلهية يمكن تذوق حلاوة تلك المعرفة
الأنقياء القلب هم وحدهم الذين يختارون الله ويختارهم
ويستطيعون بنعمة منه رؤية نوره
ولا بد للفلاسفة واللاهوتيين أن يعرفوا ويعترفوا
بأن طبيعة الله اللامتناهية
لا يمكن استيعابها ومعاينتها
بالرؤية القاصرة للفكر المحدود
لكي نعرف الله يجب أن نلامس حضوره بأنفسنا
يظهر الله ذاته لمحبيه
كإحساس من الغبطة الروحية الفائقة
يغمر الوعي البشري
ويجلب معه تأكيداً قاطعاً بوجود حقيقة سامية
تفوق التجربة البشرية المألوفة
لا يمكن لأي قدر من المنطق أو اللاهوت
أن يمنح ذلك الإختبار المدهش
لأن التجربة الروحية قائمة على الإحساس الباطني
والإدراك البديهي لبعد لطيف ونور بهي وباهر
وللحصول على تلك التجربة العرفانية
لا بد من امتلاك الحب الإلهي
والتأمل الجاد على الله
في خلوة النفس المباركة.
لقد أصبح محيط الروح موجة نفسي الصغيرة
غير القابلة للفناء
وسواء ظهرت على هذا المسرح الأرضي
أو احتجبت بعد الموت في محيط الوعي الكوني
فأنا وعيٌ أبديٌ خالد
محميٌ في حضن الأبدية وحصن الروح الأعظم
اليوم سأفعل شيئاً نافعاً للآخرين
وسأقدم ما بوسعي للجائعين
إنني آمن مطمئن خلف أسوار ضميري المرتاح
لقد حرقت الظلمة القديمة

وإنني مهتم باليوم فقط
إنني قبس من نور الخير الأعظم
وأريد أن أكون منارة
للنفوس التي غرقت سفنها وتحطمت
في بحر الأحزان
اليوم أحس بالله في رعشة السلام
التي تلامس أوتار قلبي المتناغم مع الحب الكوني
وعلى عرش الأفكار الهادئة الساكنة
يبارك إله السلام أعمالي وييسر أموري
اليوم سأدل إخوتي وأخواتي
إلى باب السلام
المفضي إلى معبد الله
وسأعمل على جبر خواطر المحزونين
وتتطيب نفوسهم
وسأندفع إلى آفاق الحرية
بالتخلي عن كل الرغبات المقيدة
والتمسك برغبة التقرب من الله
التي تأتي بالتأمل على روائعة
وإلى مملكة حبي
سأدعو الناس من كل الأعراق والأجناس
كي يأتوا ويعيشوا معي
في وهج الحب الإلهي
كنوز شرقية – Eastern Treasures
East-West Magazine
فرص ذهبية
الحياة تستحق أن تُحيا
فهي تمنح فرصاً ذهبية لمعرفة الإنسان ذاته
وتجديد وعيه وتحديد موقعه على خارطة الوجود
والعمل على تحقيق الغرض من كينونته
وهذه المعرفة تشحن الفكر والجسم بالنشاط
وتملأ القلب بفيض من الحيوية
فيطفح فرحاً ويطفر ابتهاجاً

وهذا ما يريده خالق الإنسان للإنسان
يرى البعض أن الحياة فيها ما فيها من الملل والسأم
وكثير من الناس يتبرمون ضجراً
لكن الضجر يعني فقدان الإنسان
للصلة والإتصال بغرفة عمليات الحياة
ولكي تصبح الحياة ممتعة
على الإنسان أن يزيح ويزيل المعوقات
التي تحول بينه وبين وحدته العضوية مع الحياة
لو عدت بأفكارك إلى عهد الطفولة
فلربما تذكرت أنك كنت آنذاك
مليئاً بالنشاط والفرح المتجدد
وكانت لديك رغبة قوية في الحركة
والنط واللعب وعمل أشياء كثيرة
كنتَ آنذاك حديث الوفادة من العالم الأثيري
وعلى صلة مباشرة بقلب الحياة
وكانت أسلاك التواصل بينك وبين الحياة
على درجة عالية من الأداء السلس والفعال
إذ جلبتَ معكَ وعي البساطة
والفرح والغبطة ونضارة الروح
وعندما بلغت سن الرشد
فقدتَ قسطاً لا بأس به
من تلك الطاقات والأحاسيس
لكن بين الحين والآخر
تتوارد إليك خواطر مألوفة
وتهب عليك نسائم الشوق
فتعيد لذاكرتك بعض ومضات
من الماضي البعيد
عندما تستيقظ صباحاً من نوم هادئ وعميق
تشعر براحة وسرور
إلى أن تهجم عليك مشتتات الحياة اليومية
فتحتل القسم الأكبر من وعيك
وتصبح أكثر حقيقة وإلحاحاً من سواها

وبالرغم من كل الصعوبات والتناقضات والإحباطات
يجب أن يعمل الإنسان على التواصل مع ذاته
الغنية بكنوز لا حصر لها
وهذا ما يجعل الحياة سعيدة ومجيدة
يجب تحاشي الأفكار والأفعال الرخيصة
وعدم الإنغماس في تفاهات الحياة الدنيوية
لأنها ما أن تتمركز في الوعي
وتتشبث في خلايا الدماغ
حتى تطرد من النفس السلام والإنسجام
ومعهما الأفكار الراقية والرؤى النقية
ولذلك يجدر التخلص من تلك الطاقات اللاتوافقية
من الفكر واطرّاح المشاعر غير الودية من القلب
حتى تسري إليهما إشعاعات النور
وتيارات الصحة وشحنات الحيوية والبركة.
معجون عجيب
مستوحاة من تعاليم المعلم برمهنسا
الأفكار هي كقطع المعجون التي يمكن تشكيلها إما على هيئة الزهر أو أفاعي البحر، إنما بصلابة الصوان
بمقدور كل إنسان أن يكون نقـّاش حياته ونحّات قدَره
فليأخذ حفنة من هذا المعجون العجيب وليصنع منه تحفة فنية رائعة وسيحصل على فيض من السعادة.
البرق المتلامح في أرجاء الفضاء صعب تركيزه ووضعه في أسلاك تنير البيوت والشوارع لكن ذلك تم تحقيقه
وليس من السهل استدعاء قوى الكون غير المنظورة وتركيزها في منظومة تقي الإنسان العثرات وتحميه من الشرور، كن ذلك ممكن. وبالرغم من وجود الشر وقوته، لكن النور موجود أيضاً والخير أقوى من الشر وأكثر ديمومة لأنه مدعوم من الحق الدائم الباقي والذي هو أقوى قوة في الكون والغلبة له في نهاية المطاف
التركيز على الأفكار الإيجابية الخيّرة يعني استحداث ربط فعال أو شق قناة سالكة بين الفكر ومصدر الإيجابية الكونية التي هي الخير بالذات. وعلى قدر التفكير بالخير يتم استجلاب

اهتزازاته إلى الفكر والجسم. وهذه الإهتزازات لها القدرة على تعديل الكثير من الحالات النفسية والجسدية، وهي من القوة بمكان بحيث تطرد تلقائياً الإهتزازات الناشزة غير المنسجمة مع الخارطة النفسية والجسدية للإنسان

عندما يقول الشخص (أنا تعبان) تصبح فكرة التعب قوية نظراً للإعتراف بها وبالتالي تقيّد النشاط وتسد منافذ الطاقة. أما إن قال أنا بحاجة إلى راحة فإنه يجعل نفسه متقبلاً لتيارات حيوية تنعش الفكر والجسم معاً، وقد يتمكن من الشعور بفيض من النشاط خلال فترة قصيرة من الراحة

الإحباط الذي يسبب حالة نفسية مزعجة يمكن تفاديه بعدم التركيز عليه واستذكار تجربة ممتعة أو التفكير بأشخاص تحبهم وتثق بهم وترتاح لهم، مع التيقن بأن الإحباط غيمة صيف إلى زوال مهما بدت كثيفة ربداء

لا ينبغي تجاهل الظروف الصعبة التي تمر بالإنسان ويمر بها أو التقليل من شأنها، إنما يتعين التعامل بقدر من الواقعية والحنكة مع تلك الظروف من خلال البحث عن وسيلة ناجعة لإرخاء قبضتها وتخفيف آثارها

هذا لا يعني الإستغناء عن أخصائيي العلاج الذين يقدمون خدمات جمة وجليلة من خلال خبراتهم وأساليبهم العلمية المتطورة، بل أن التفكير الإيجابي يساعد على غرس بذرة الشفاء في الجسم وبالتالي يصبح أحد وسائل العلاج

وبالمثل، بدلاً من القول "أنا مريض" يجب أن يكون التركيز على الحاجة إلى الشفاء، وهذا التوجه بحد ذاته يجعل الفكر والجسم أكثر تقبلاً لأساليب العلاج وطاقة الشفاء، بل أنه يفتح المسامات أو القنوات التي تحتاجها تلك الطاقة للإنسياب إلى الخلايا والأنسجة وتصليح الأوضاع غير الصحية وغير الصحيحة، وإعادة معايرة الآلة الجسدية الدقيقة. وهكذا فإن الشخص المتعود على نوبات متواترة من الضعف والإعياء سيجد مع مرور الوقت أن التفكير الإيجابي يساعد على تقليص عدد تلك النوبات وبالتالي الإحساس بتجدد القوى وبفيض من العافية بعونه تعالى الشافي من كل علة ومرض

غلة الكراهية

"ناسي" و "ذاكر" كانا يكرهان بعضهما، وقد بدأ الشجار بينهما عندما كانا تلميذين صغيرين في المدرسة، وعندما كبرا كبر معهما العداء وأصبحا خصمين متنافسين في مجال بيع الأحذية

وذات مرة تنافسا على طلب يد فتاة، وإذ كان ناسي أقوى قليلاً من ذاكر فقد أوسعه ضرباً وتركه مغمى عليه. وعندما استعاد ذاكر وعيه كان يتملكه شعور بالعار والأسف والإشمئزاز جراء ما حدث له

بعد ذلك بسنوات، قرر ذاكر الإنتقال إلى إحدى المدن للعمل والإقامة

كان ناسي قد نسي ما حدث، لكن ذاكر لم يستطع أن يمسح من ذاكرته ما ألحقه به ناسي من إهانة وإحراج، ومع ذلك فقد كان يردد ويؤكد بينه وبين نفسه: سأسامح ناسي ولن أتذكر إساءته لي

لكن بعد عدة أشهر أدرك ذاكر أنه خلال تأكيدات الصفح اليومية كان في قرارة نفسه يتمنى الأخذ بثأره، وكان يتحين الفرص لتسديد ضربة مماثلة يشفي بها غليله

بعد فترة شعر ناسي بقوة جذب غريبة تشده إلى المدينة التي انتقل إليها خصمه القديم ذاكر، ولم تراوده الشكوك أنه كان على موعد مع حدث ما. أما ذاكر فكان قد عرف بوجود ناسي في المدينة فراح يترصد حركاته بدقة متناهية.

في إحدى الأمسيات ذهب ناسي للتنزه و (شم الهوا)، مع أن الطقس كان مكفهراً ممطراً

وبينما كان يسير بمفرده على طريق منعزل، مر من أمام مستودع غير مسقوف، في حين كان ذاكر يتعقبه بخلسة وحذر، وإذ سنحت الفرصة له قرر أن يستوفي الحساب مع فائدة مركّبة

ولفرط سروره وجد أن قرميدة صلبة كانت قد سقطت من أحد جدران المخزن فأمسك بها وضرب رأس غريمه السابق بقوة فرماه أرضاً وقصف راجعاً من حيث أتى دون أن يعلم ناسي بوجوده

بعد ساعات، توقف انهمار المطر وانقشعت الغيوم وبان شعاع القمر من خلال فتحة في أعلى الجدار، واستيقظ ناسي ليجد نفسه ملقى على الأرض وقد اعتراه وهن شديد

حاول أن يعرف ما حدث، وإذ رأى قرميدة بجانبه وفتحة في الجدار أعلاه، استنتج أنه أثناء سيره بمحاذاة المستودع شاء حظه العاثر أن تسقط تلك القرميدة من أعلى الجدار وتهوي على رأسه

المغزى من هذه القصة هو أن الإنسان يميل إلى نسيان ما ارتكبه بحق الآخرين، مع أن نتائج الأفعال لا تعرف النسيان، وتبعات تلك الأفعال تتعقبه بصمت في ظلام الجهل. ومثلما تستطيع البقرة أن تعثر على عجلها من بين آلاف العجول الأخرى، هكذا لنتائج أعمالنا القدرة على تتبعنا بإصرار وتحديد أماكننا ولو بعد حين

لو امتلك ناسي الحكمة وحاول تسوية الخلاف بينه وبين غريمه ذاكر والإعتذار منه بعد تلك الحادثة فلربما كان قد خفف من غيظ خصمه ولما كانت الأمور قد مضت إلى أبعد من ذلك

لكن الأمور ظلت على حالها فنمت وترعرعت بذور التبعات المقيتة في رحم المستقبل المظلم وحدثت فيما بعد الولادة المشؤومة. وتفادياً للمفاجآت غير السارة، يجب حرق بذور النزاعات الشريرة الكامنة في تربة العقل، والتبصر قبل الفعل، لأن القانون الكوني يقضي بجني ثمار الأعمال، خيّرة كانت أم شريرة .. حلوة أم مريرة

ولنتذكر أن كل عمل يترك آثاراً يتم اختزانها على هيئة ميول ونزعات في العقل. وما لم يتم التعامل بحكمة وروية معها فستفضي إلى نتائج ربما كانت خطيرة، لكن عند حرق بذور الأفعال الشريرة بنار الحكمة فلن تقدر على النمو بعد ذلك

معنى ابتعاث الوعي
في بداية العمر
تعبث النفس بالآلة الجسدية
إلى أن تصبح مقيدة تماماً بها
لهذا يتعين علينا أن نحيا
بحيث لا تطغى علينا متطلبات الجسد
ولا نشعر بقيود المستوى المادي
النمو العقلي هو نتاج
للنمو الجسدي أو التطور

ووفقاً للنشوء الطبيعي
تبتعث النفس ذاتها
بالإرتقاء إلى المستوى العقلي
أو مستوى الإبداع والوفرة
مُظهرة بذلك المواهب الفريدة
التي يمتاز بها البشر
عن سائر المخلوقات
بعد ذلك ترتقي
إلى مستوى المعرفة الروحية
التي تمنح معنى وقيمة
للرخاء المادي
والإنجاز العقلي
لا شك أن الإنجازات العقلية مفيدة
لأن كل الأشياء الطيبة هي ذات قيمة
وتدريجياً ندرك أن المرحلة التالية
هي الإرتقاء بالوعي الجسدي
إلى الوعي الروحي
عن طريق روحنة الجسم والعقل
من خلال عدم هدر قوى الجسم الحيوية
وتركيز نور العقل الكشاف
على الأمور الجوهرية
إلى أن يصبحا
وسيلة ناجعة ومتناغمة
تستطيع النفس من خلالها
التعبير عن ذاتها
وإظهار ملكاتها
وتفعيل قواها الروحية
الإبتعاث الروحي يعني تحرير الروح
من قفص الجهل
ورفعها إلى المستوى اللائق بها
وتخليصها من قيود الوعي المحدود
الحياة البشرية في كثير من الأحيان جميلة جداً

لكن التعلق بها
يشبه تعلق طائر الجنة بقفصه
بحيث إن فتحت باب القفص
يتردد الطائر في مغادرته
بتأثير العادة وطول المكوث داخل القفص
أليس من المستغرب
أن الطائر لا يريد مغادرة مجاله الضيق
إلى حرية الفضاء اللامتناهي
الذي منه أتى؟
وهذا ينطبق علينا أيضاً
إذ عشنا لفترات متطاولة
في القفص الجسدي
ونخشى مغادرته إلى آفاق أرحب
لكن الحكمة تقتضينا
تحرير طائر الروح
من قفص القيود
وإطلاقه في فضاء الوعي اللامحدود
سيتذوقون من جديد الفرح الداخلي
إن قانون الحركة قائم على قانون السبب والنتيجة أو الفعل ورد الفعل

الإنسان المولود طيباً في هذه الحياة كان كذلك في تجسد سابق{ بِمَا قَدَّمَتْ أَيْدِيهِمْ} وإذا ما اجتهد في عمل الخير فإن كفة الخير سترجح أكثر فأكثر لديه (من له يُعطى ويزاد).

أما الذين لا يملكون سوى القليل من المزايا الطيبة فقد يفقدون حتى ذلك القليل بفعل الميول الشريرة التي تهاجمهم وتعصف بهم

الإنسان الميّال إلى الشر لا بد وأنه امتلك تلك النزعة الشريرة في حياة سابقة، وقد تزداد لديه الميول الشريرة وتتحكم به. أما الذين لديهم بعض الميول الخاطئة فقد كانوا هكذا من قبل، وإذا ما رجحت كفة الخير لديهم فإن الصفات الطيبة ستطرد من نفوسهم الميول الخاطئة

هذا هو العمل الطبيعي لقانون السبب والنتيجة (الكارما).
ومع ذلك ينبغي أن لا يشعر الإنسان بأنه عديم الحيلة ومقيّد إذا ما اتفق أن لديه عادات غير مرغوبة يريد التخلص منها. الآن هي الفرصة المواتية لقهر تلك العادات من خلال تنمية العزيمة الماضية والتفكير الصحيح

بإمكان الإنسان تحرير نفسه من قبضة العادات الخاطئة وخلق عادات صالحة فكراً وفعلاً، تجلب له النتائج المرغوبة

ومهما كانت العادات الشريرة متأصلة في الإنسان، عليه أن يتذكر أنه هو الذي خلق تلك العادات من خلال تكرار أفكار وأفعال محددة، وأن بمقدوره استبدال تلك العادات السيئة بأخرى طيبة من خلال التفكير الإيجابي البنّاء

الأفكار الصالحة والشريرة هي حالات متباينة من وعي الإنسان. طبيعي أنه من الأفضل أن يحلم الشخص أحلاماً سعيدة بدل المعاناة من كوابيس مريعة وفظيعة. الوعي مرن وحسّاس ويمكن أن يتقمص الحالة التي يريدها أو أن يحلم الأحلام التي تروق له لكن المشكلة مع الناس هي أنهم يسمحون لمملكة وعيهم – بمحض إرادتهم واختيارهم - بأن تحكمها بأن تسودها الميول المنحرفة والتوجهات الخاطئة وليدة العادات السابقة، وهكذا تبقى قوى تمييزهم طريدة شريدة، وكذلك الحامية الميتافيزيقيةالمتمترسة خلف حصون التمييز والإدراك

عندما يتذوق المنتشون بالعادات المغلوطة مرارة الآلام الناجمة عن العيش غير الطبيعي فإنهم سيتوجهون إلى نور الفهم والعيش الصحيح طلباً للنجاة مهما كانت عاداتهم السيئة عاتية ومستحك

بعد ذلك، فإن عملوا على تنمية وتغذية العادات الطيبة من خلال ممارسة طرق وأساليب العيش التوافقية سيتذوقون من جديد الفرح الداخلي وسينعمون بالسلام كثمرة طبيعية لضبط النفس وتنمية العادات الجيدة

نسأله تعالى أن يمنحنا العون لتحرير أنفسنا من كل القيود وتوجيه أفكارنا في المسارات الصحيحة النافعة

روحنة الوعي

بعض الناس يمضون حياتهم

بذهن كليل وإدراك قليل
يأكلون وينامون
ويستمتعون ببعض الملذات
ونادراً ما يتعمقون في التفكير
وفي الحقيقة معظم الناس
لا يبلغون عمقاً كافياً
في بحر الأفكار الروحية
لإنهم مقتنعون بأن العالم المادي
هو كل ما في الوجود
لكن هذه الحياة
هي مجرد حلم عابر
فلماذا الهرولة واللهاث
ومحاولة خطب ود العالم؟
أليس من الأفضل
محاولة إرضاء الله أولاً؟
الحيوانات لا تمتلك حرية الإختيار
لإن الله قيدها بغرائزها
لكنه غرس في الإنسان الحكمة
والبشر يمتلكون الحرية
إما للإرتقاء أو للإنحدار
واختيار إما الخير أو الشر
عندما ينغمس الوعي
في المتع الحسية الخشنة
وتطغى عليه المفاهيم الكثيفة المظلمة
يسقط من فردوس السعادة
إذ يفقد الإحساس بالغبطة الروحية
وتعمى بصيرة النفس
فلا تستطيع تلمس سبيلها إلى الله
لكن بالإمكان روحنة الوعي
بالتأمل على الله
والإبتهال الصادق والعميق له
كي يفتح الباب المبارك

المفضي إلى مملكة النور والغبطة
الكامنة في أعمق أعماق الوعي
من خزنة المعلم برمهنسا
وجدانيات وإرشادات



تعاليم المعلم برمهنسا يوغانندا
عندما يكون القلب مع شخص ما
فإنه يسحب إليه
كل صفات ذلك الشخص.
من يفكر بالطيبين
تنتقل طيبتهم إليه.
ومن يركز بمودة على المُلهمين
تتوارد إليه الإلهامات
ومن يصاحب ولو بالفكر
ذوي الضمائر الحية
والأخلاق النبيلة
والقصد الشريف
يشاركهم في نبلهم وأخلاقهم
لأن الفكر يستقطب كالمغناطيس
وشبه الشيء منجذب إليه
طاب يومكم والسلام عليكم
***
الكل يبحث عن سعادة دائمة
لا تتحول إلى رماد في اليد.

وهذا البحث يقود إلى الكثير
من الأوهام والمشاكل وخيبات الأمل.
الإنسان يبحث عن سعادة متجددة
لا تذوى ولا تتضاءل ولا تزول.
والإنسان يتعلم من اختباراته
أن السعادة الأرضية هي سعادة
قصيرة الأجل ولا دوام لها
وغالباً ما يكتشف أنه بعد العثور على مطلبه
ما زال غير قانع بالذي حققه
فيسعى لتحقيق رغبة أخرى
دون العثور على السعادة المنشودة
ومع ذلك يعيد الكرة
عوداً على بدء ..وهكذا دواليك!
الفرح الحقيقي هو فرح الإدراك الروحي
فرح التأمل على الله والتواصل معه
فرح السلام وطمأنينة القلب
فرح الحب الإلهي
ومحبة الآخرين بذلك الحب
وفرح الشعور اليقيني الراسخ
بأن النفس خالدة
وأن سعادتها تلازمها
حتى بعد مغادرة
هذا الوجود الأرضي الموقوت.
***
ساعدني يا رب
كي أعثر على فرحي بك
علني أستمتع بالعالم
وبأداء واجباتي الأرضية.
وعلمني كيف أهذّب حواسي
حتى تميّز بين الجيد والرديء
فتتمتع فقط بما هو نافع وخيّر.
دعني أستمتع بالمباهج الأرضية

استمتاعاً روحياً يغذيه فرحك النقي
وساعدني كي أجعلك
جزءاً لا يتجزأ من حياتي
وعنصراً لازماً للقيام بنشاطاتي اليومية
فأشعر أنك موجود معي
على الدوام
و على كل صعيد.
***
الإرادة البشرية
هي انعكاس للإرادة الإلهية
وعندما يتم توجيهها بالحكمة
تصبح قوّتها غير محدودة.
الإرادة الإلهية تحكم الطاقة الكونية
وللاستفادة من الطاقة الكونية
التي لا ينقص مخزونها
ولا ينفد مددها
ينبغي نقلها إلى الجسم
عبر أسلاك التفكير الإيجابي
و التناغم الفعلي
مع الإرادة الإلهية.
***

عظماء المعلمين لا ينصحون أحداً بالتواني والإهمال، بل يعلّمون طريق الإتزان. طبيعي أن على الإنسان أن يعمل كي يعيل الجسد ويوفر له الكساء والغذاء. ولكن إن سمح لأحد واجباته بأن يناقض واجباته الأخرى ويتعارض معها فذلك ليس واجباً حقيقياً.

هناك الآلاف من رجال الأعمال المنهمكين في تحصيل الثراء، ومع ذلك تراهم غافلين عن الآلام والأمراض القلبية التي يسببونها لأنفسهم. فإن كان واجب تحصيل الرفاهية يجعل الشخص ينسى واجبه في المحافظة على صحته فهو ليس واجباً.

على الشخص أن ينمو نمواً توافقياً ومتوازناً. لا فائدة من التركيز الكبير على تنمية جسم قوي إن كان الدماغ الذي في ذلك الجسد هزيلاً. العقل يجب تنميته أيضاً.

من يمتلك صحة جيدة وبحبوحة من العيش وافرة وقوة عقلية كبيرة ويظل مع كل هذا يفتقر للسعادة فإنه لم ينجح في الحياة بعد.

من يقدر على القول "إنني سعيد ولا قدرة لأحد على سلبي سعادتي" يكون قد بلغ ذروة النجاح وعثر على الصورة المباركة في داخله.

يجب أن يفتخر الإنسان لأن الله خلقه على صورته. ولكن إن تبجح وثار غضباً واهتاج لأي شيء ونظر نظرة ازدراء للآخرين، وإن فارق الجسد بذلك الوعي فلن يشعر بقربه من الله.

ذات مرة كان أحد رجال الله يستحم في النهر، فأتي رجل آخر وراح يغسل حصانه قرب ذلك الرجل الصالح، وراح يطرطشه بالماء عن عمد وبدون مبالاة، فاهتاج تلاميذ القديس وأرادوا ضرب المعتدي وطرده، لكن معلمهم قال لهم "لا تفعلوا ذلك، بل دعوه وشأنه".

وفجأة لبط الحصان صاحبه فكسر وأسقط عدداً من أسنانه، فتقدم منه الرجل الصالح بكل محبة وأخذ يعتني به ويداويه. إن قانون الطبيعة الصارم وليس القديس هو الذي عاقب الأثيم.

إن الله ونواميسه الكونية يعملون دون توقف وعلى الدوام لرفع الحيف عن كل الذين يثقون بالله ويطلبون عونه ويساعدون ويشجعون بعضهم البعض على دروب الحياة. {والله في عون العبد ما كان العبد في عون أخيه}

الأشياء الأخرى يمكن أن تنتظر

كل شيء موجود لأن الله موجود. ولأنه موجود فنحن موجودون، وبفضل جوده ووجوده نمتلك رخاء العيش ومسرّات الحياة. ولذلك يجب أن يكون عرفاننا بالجميل نحو الله عميقاً وامتناننا كبيراً {لَئِن شَكَرْتُمْ لأَزِيدَنَّكُمْ} و (نَشْكُرُ اللهَ بِلاَ انْقِطَاعٍ).

أهمية الله بالنسبة للإنسان لا تفوقها أهمية، ومع ذلك فإن معظم البشر يولون الأهمية القصوى للحياة المادية ولذلك فهم ليسوا على دراية فعلية بالله.

يجب إنجاز الواجبات المادية والإلتزامات الإجتماعية مع التفكير بالله، لأن ملاك الموت – طالت أعماركم - يتخطف سكان الأرض كل يوم، الواحد تلو الاخر، وقد يتحتم علينا مغادرة دار الفناء هذه في أية لحظة.

يجب أن نؤدي أعمالنا في هذا العالم بضمير حي ونـُبقي في نفس الوقت أفكارنا مقطورة بالله. إنني أعمل جاهداً لخدمة الجميع، ولكن عندما أكون بمفردي في التأمل لا أسمح لأحد بتعكير تأملي.الأشياء الاخرى يمكن أن تنتظر ولكن يجب المحافظة على موعد يومي مع الله الذي وهبنا كل ما نحتاج إليه على هذه الأرض.

في الوقت الذي كان فيه حضرة القاضي يصدر قراره النهائي بخصوص مسألة دقيقة تعني الموت أو الحياة لشخص آخر كان في نفس اللحظة يفكر بمشاكل بيتية حصلت له ذلك اليوم وكان منزعجاً لأن حكمه في البيت لم يكن نافذاً!

فإن أصدر مثل هذا القاضي حكماً جائراً من شأنه أن يؤدي إلى موت شخص بريء بسبب نقص في التركيز فإنه بدوره سيقف متهماً ومدانا أمام القاضي الأعظم ديّان كل المعاصي: القانون الكوني الذي لا يعرف المحاباة ولا مكان فيه للمحسوبيات.

إن عدداً لا بأس به من الأشخاص غير فعّالين في كسب المال وغير ناجحين في إدارة الأعمال

وتعوزهم الحكمة لتمييز الأمور لأنهم عندما يكونون في مقرات عملهم يفكرون في متاعبهم البيتية وأثناء وجودهم في البيت يكون بالهم منشغلاً بهموم العمل.

لذلك يتعين عدم التركيز على أكثر من شيء واحد في المرة الواحدة.

***

ذات مرة، في ساعة من ساعات النهار
أتيت إلى حجرة الوعي

وفتحت نوافذ الأنغام
والمشاهد والشذى والذوق واللمس..
وطلبت من أرقّ الألحان وأبهى الألوان
كي تأتي لتتماوج أمامي وتتراقص..
فضحكتُ تارة وبكيت تارة أخرى.
عندما تدمع عيناي
وتؤلمني جروح التجارب
أغلق باب الحواس
وأدخل فضاءً غير محدود
في عالم النوم والأحلام.
هناك أتمدد بسكينة واسترخاء
تحت لحاف الظلام.
وبعد أن آخذ قسطاً كافياً
من النوم أفتح باباً آخر
وأدخل مخدع الأحلام
فأشاهد أفلام التجارب والإختبارات
في سينما اللاشعور
حيث أعمل كما أريد
وأنسج الأحلام المخملية للتذكارات الحلوة
على ستائر حريرية
عليها أكتب إسم المحبوب الكوني.
أما عندما أكون خارج هذين المخدعين
أرتاد بالوعي أحياناً مجاهل الكون
متخطياً أصقاع الدياجير الدامسة
قاطعاً الوهاد السحيقة
وصولاً إلى شطآن الفضاء الأبدي.
هناك في عالم الوحدانية
لا ثنائيات ولا أحلام
ولا منغصات ولا آلام
بل بصيرة كلية الرؤية
وغبطة دائمة التجدد
ونور السموات والأرض.

***
كلما عشنا بسلام مع الله
كلما تمكنا
من العيش بسلام
مع أنفسنا ومع العالم.
فلنحاول دوماً أن توجّه أفكارنا
نحو المطلق اللانهائي.
لا توجد سعادة يمكن مقارنتها
بسعادة البحث عن الله
والتواصل معه.
حوّط نفسك بالأفكار الطيبة
وستساعدك تلك الأفكار
على الإقتراب أكثر فأكثر
من الله .. نبع كل خير ومسرة.
سلام ومحبة للجميع
***
الوحدة في التعداد
من وعيه الأحدى: الجوهر الفرد
خلق الله التعداد
ويحاول أن يأتي بالتعداد
إلى الوحدة الكونية ثانية.
عندما تهب العاصفة على سطح المحيط
تخلق أمواجاً لا حصر لها
وعندما تهدأ العاصفة
تغوص الأمواج ثانية إلى قلب المحيط.
في تنوع واختلاف الخليقة
توجد وحدة كامنة متأصلة
تماماً كما أن المحيط هو جوهر الأمواج.
الوعي العائلي يقرّب نفوساً من بعضها
وللبلدان قادة لتوحيدها وتوجيه مسارها.
وهناك مجموعات اجتماعية تجمعها قضايا مشتركة..
وعندما يعثر الإنسان على الله

يجد أن كل القوى متحدة فيه
فيستنير عقله
وتبزغ رؤية جديدة للحياة في وعيه
فتحلو الحياة
ويغمر النفس السلام
وتتحول منغصات العيش
إلى ما يشبه الأحلام.
***

عندما يتخرج المريد من مدرسة الحياة ويحين موعد انتقاله إلى مستويات أعلى تغمره بهجة فائقة إذ يدرك أنه أبلى البلاء الحسن في معركة الحياة فكسب رضا الله وإذ يوقن بقرب لقائه بالمحبوب الكوني تتعاظم أشواقه وتتحول تلك الأشواق إلى وقود روحي ينقله دون عناء إلى أقطار السلام والنور والغبطة المتجددة التي ليس لها انتهاء.

* * *

إن أمطار الرحمة الإلهية لا تتجمع فوق قمم الكبرياء المتشامخة بل تنحدر بسهولة إلى أودية التواضع!

تحدث المعلم برمهنسا عن الكيفية السريعة التي بها نتحرر بنعمة الله من أوهام الخداع الكوني، قال:

"في هذا الكون نبدو غارقين في بحر المتاعب والآلام فيهزنا الله كي يوقظنا من هذا الكابوس المرعب.

وقال مشجعاً لأحد المريدين:

"إعلم أن كل ما تسعى للحصول عليه وأكثر منه بكثير ينتظرك في الله."

وقال لتلميذ كان يبدو غارقا في العادات السيئة:

"إن كانت تعوزك قوة الإرادة فحاول تنمية قوة اللا إرادة (أي اللا إرادة في ارتكاب الخطأ).

تأكيدات ذاتية
اليوم سأحطم صورة الجهل
التي تدنس محراب النفس في داخلي
وسأتذكر أن نور الله الأقدس
يشع باستمرار على كياني

ويبدد ظلام الوهم من عقلي وروحي
وأن الذي خلقني لا يفارقني.
* * *
تحت كل موجة من أمواج الحياة
يقبع محيط الحضور الإلهي الزاخر
ووراء كل خفقة من خفقات الوجدان
يكمن بحر الحب الكوني اللامتناهي.
* * *
كل ليلة سؤأكد لنفسي بأنني لست الجسد
بل الروح الذي يسكن الجسد
وبأن كياني الروحي خالد مؤبد
وعندما أستيقظ سأتذكر التأكيد من جديد.
* * *
في هيكل النوم سأتعافى وأجدد قواي
لكن ذلك لا يكفي..
إذ أحتاج إلى محراب من السكون والتأمل
حيث يمكنني أن أعتكف كل يوم
لارتياد آفاق وعيي
واستكشاف أسرار روحي.
معنى السكون
السكون معناه تسكين الأفكار
وتهدئة الجسم والتحكم بمتطلباته.
فمن يقدر على ذلك سيختبر هدوءاً منعشاً
وسيحس بموجات وانطباعات سامية من عوالم راقية.
ومن يتعمق بالسكون أكثر فأكثر
سيكتشف مملكة الله في داخله.
ما دام الإنسان سائراً على الطريق
فكل لحظة من وقته ثمينة جداً.
إننا هنا على هذه الأرض (دار الممر) لفترة وجيزة.
كل شيء إلى زوال، أما الإحساس بالله فهو دائم
ولا يقوى شيء على محوه من القلب والروح.
يجب أن لا نسمح لمغريات الدنيا

بأن تصدنا عن مقصدنا الأعظم وغايتنا الأسمى: الله.
التعرف على الله أمر ممكن.
يجب أن نعثر على سيد الأكوان
الذي من نوره تومض النجوم
وبقوته تنبض القلوب.
يجب أن نبحث عنه في معبد السكون.
عندما ننادي الله بشوق ولهفة
وعندما نفكر به بحنين لاهب
سوف نعثر عليه.
لا أتحدث عن إله مجهول
بل عن رب تعرفت عليه
وهو حقيقي بالنسبة لي
بل أنه أكثر حقيقة من كل الأشياء المادية.
إنه البحر الإلهي الذي يسند ويعيل أمواج حياتنا البشرية.
بإمكاننا الإستغناء عن كل شيء ما عدا الله.
الله يريدنا أن نعطي لبعضنا
يجب أن نضع نصب أعيننا أنه في سعينا لتحقيق احتياجاتنا ينبغي أيضاً مساعدة الآخرين في ما يحتاجونه ومشاركة الأقل حظاُ في ما نكسبه.

ولنتذكر أننا جزء لا يتجزأ من الأسرة العالمية ولا يمكننا العيش بدونها. كيف ستكون الحياة بدون النجار أو المخترع أو المزارع؟ فمن خلال تبادل الخدمات والخبرات يريدنا الله أن نفكر بالآخرين إذ من الخطأ الفادح أن يعيش الشخص لنفسه فقط.

عندما نفكر بسعادتنا يجب أن نفكر أيضاً بإسعاد الآخرين. ليس ضرورياً أن نتخلى عن كل شيء

في سبيل الأسرة العالمية لأن ذلك مستحيل. ولكن يجب أن نتعاطف مع الآخرين وننظر إلى حاجياتهم كما لو كانت حاجياتنا الخاصة.

الله يريدنا أن نعطي لبعضنا مثلما نأخذ من بعضنا فالآخرون هم ذاتنا الكبرى.

رد وصد هجمات الخداع العاتية

ما دام الإنسان فريسة للغضب والغيرة والحسد فهو ليس حراً. يجب أن يصبح سيد عواطفه وأعماله، وأن يتحرر من الغرائز المدمرة والأهواء الجامحة والرغبات الخاطئة.

إن كنت مخلصاً كل الإخلاص مع ذاتك فستسند الحكمة تفكيرك ويهدي الصواب قرارك وينير الفهم عقلك.

يجب "تحميص" بذور الأعمال السابقة المدفوعة بالجهل على نار التأمل والحكمة بحيث تصبح غير صالحة للتفريخ والنمو ثانية. هذا هو الطريق لرد وصد هجمات الخداع العاتية.

الوهم الكوني - أو إبليس - يخدع الإنسان بوعود خلبية ومغريات خلابة لتعقب سراب المتع الحسية ويسيطر على ملكاته لأنه يعده بسعادة دنيوية لا حقيقة لها، وبذلك يعمل جاهداً على منعه من تذوق ثمار السعادة الحقيقية الموجودة بوفرة في بساتين الروح.

الفهماء يعرفون الفرق بين الحقيقة والأوهام ويحسنون التمييز. وإذ يتعمقون في التأمل يصبحون على دراية وثيقة بأهمية الإرادة الحرة وبضرورة تفعيل حرية الإختيار لعمل الصواب وتجنب الأفعال ذات التبعات الضارة والنتائج غير السارة.

سأل أحدُ المريدين المعلمَ برمهنسا عن رأيه في القضاء والقدر والمعاناة والألم، فقال:

الإنسان هو الذي يصنع قدَرَه بإرادته و يقرر مصيره بنواياه وأفعاله. يمكنك تخليص نفسك من الآلام فيما إذا اخترت ذلك. الله جوهره المحبة ولا يريد أن يعاني محبوه ويلات الآلام نتيجة للأفعال الخاطئة والتفكير المغلوط، وقد وهب الإنسان قوة التمييز وحرية الإختيار. لكن نتيجة للقرارات غير الصائبة والخيارات غير الحكيمة يجلب الإنسان على نفسه وعلى غيره المعاناة والألم.

يجب أن تتحرر وأن لا تسمح لأحد بمصادرة قرارك أو الهيمنة عليك وأن لا تدع المحيط والعادات والتقاليد الخاطئة تقيدك وتتحكم بنهج حياتك.

اعمل بوحي الحكمة واصغ لصوت الضمير وخذ نتائج الأفعال في الإعتبار قبل الشروع بما تنوي القيام به وتحاشَ

إلحاق الأذى بالآخرين بسبب تصرفاتك غير السليمةواطلب من الله العون والهداية.

العمل بوحي التوجيهات الداخلية

يجب أن نقوم أولاً بتحديد الهدف ثم نطلب العون الإلهي ليرشدنا إلى العمل المناسب الذي من خلاله يمكننا الإعراب عن طاقاتنا وأن نتأمل إلى أن يهدأ الفكر ويرى بوضوح الخطوة التالية التي يتعين اتخاذها. بعد ذلك يجب أن نعمل بحسب التوجيهات الداخلية التي نحصل عليها وسيتحقق ما نبتغيه.

عندما يصبح الفكر هادئاً ستدرك الأمور بسرعة وسهولة وما أروع ذلك! وستنال ما تصبو إليه وسيكتب لك النجاح في كل شيء في وقت قصير لأن القوة الكونية قادرة على تسيير القانون الصحيح والبرهنة على عمله.

بعض الناس يقولون أن خلايا أدمغتنا مشكّلة بعادات معينة بحيث يتعذر تحسينها أو تغييرها. هذا غير صحيح، فما دام الله قد خلقنا على صورته لا يمكن لشيء أن يحدّنا أو يعيق تقدمنا.وإن بحثنا داخل نفوسنا سندرك صحة ذلك بعونه تعالى.

كل إنسان يمثل القوة اللامتناهية
ويجب أن نظهر تلك القوة في كل ما نفعله.
عندما نرغب في ابتكار شيء ما
يجب أن لا نعتمد على المصادر الخارجية وحسب
بل يجب أن نغوص في الأعماق الداخلية
ونبحث عن المصدر اللانهائي.
إن كل أساليب العمل الناجح
وكل الاختراعات
وكل الاهتزازات الموسيقية الراقية
والأفكار الملهمة
والمؤلفات الرفيعة والرائعة
مدوّنة في سجلات الله.
لقد بحثت عنك على مر الدهور والعصور
على دروب الرغبات والمطامح
والآن أدرك أنك تسكن نفسي
وتلهم أقدس أحاسيسي.

لا تحتجب بعد الآن عني
خلف زهور المشاعر
والأفكارِ ونبض الوجدان.
رصّع روحي بجواهر حكمتك
وانفحني بنسمات نعيمك
واقصِ عني الظلمة التي حجبتك
عن بصري وبصيرتي.
يا من أنت ما وراء النجوم والسماء الزرقاء
وخلف طبقات الجو وكل الكائنات والموجودات..
تقبل همسات عشقي
واغمر كياني بحبك ونورك وسلامك.
أرني وجهك الأقدس
أحسّ بك في أعماق فكري
وأشعر بقربكِ في أبلغ مشاعري
وأراك متفتحاً في حديقة حبي.
املأني بعطر وجودك
علني أنتشي بأريجك المبارك.
تعالَ إليّ من خلف السماء والنجوم
والأفكارِ والمشاعر
أرني وجهك الأقدس
ودعني أدرك حضورك في روحي
ومن حولي
وفي كل مكان.

الفقرات التالية هي من مجلة ثقافة باطنية Inner Culture وهي مستقاة من تعاليم المعلم برمهنسا

إن سر النجاح يكمن في امتلاك الوعي الإيجابي: وعي الرخاء والبحبوحة والتفاؤل والسعادة والإنجاز. هذا من شأنه أن يؤسس في داخلنا حصناً منيعاً يصمد لهجمات الظروف المعاكسة التي هي من صنع الإنسان في المقام الأول.

يجب أن نصبو لتحقيق السلام والإنسجام وندرك أنه لا يمكننا أن نجلب لأنفسنا أي شيء ليس موجوداً أصلاً في داخلنا

وأن نثق بأن الله هو ينبوع الخيرات والمسرات وأنه على قدر إيماننا وإيجابيتنا يفيض علينا بنعمه ويغمرنا ببركاته.

الأنبياء والعظماء عرفوا سر النجاح وخلد التاريخ أسماءهم أكثر من أسماء الملوك والإمبراطوريات ولن يقدر الزمن على محو أسمائهم من سجل الوجود.

ولقد جرّب معلمو الشرق كل قانون معروف وممحص للحصول على البحبوحة المادية والثراء الروحي. إن كان الآخرون قد تعلموا واستفادوا من هذه الفلسفة لتغيير حياتهم نحو الأفضل والتحكم بظروفهم فبإمكانك أن تفعل ذلك أيضاً.

إن كل من يلوث عقله بأفكار الفشل أو العوز سيجذب إلى نفسه رفاقاً تعج أفكارهم بالحاجة والإخفاق ويخلق بيئة من نفس الذبذبات والنوعية.

مثل تلك الأفكار تملأ صاحبها بالإحباط والغم والكآبة والقنوط بحيث تسوء حالته ويتفاقم وضعه تدريجياً ويستسلم لما يعتبره قضاءه وقدَرَه.

ما من شخص يُهزم ما لم يعتبر الهزيمة واقعاً مؤكداً، وإن فشل، فليس العيب في الأسلوب أو القانون بل في الشخص الذي أساء استخدام القانون.

عندما نصمم على القيام بعمل ما ونتيقن من نقاء دوافعنا وصوابية قرارنا ندع التوجس جانباً ولا نخشى الظروف أو نلقي بالاً للقيود والمحدوديات المحيطة بتلك الظروف.

ما هي حاجتك؟ أهي الشهرة؟ أم المغناطيسية الشخصية؟ أم القوة؟ أم الأمن؟ أم الصحة؟ أم السعادة؟ أم السلام؟

إن كنت تعرف ما تريد.. وإن عرفت كيف تحصل على ما تبتغيه.. وإن كنت مستعداً لاستخدام كل وسيلة صحيحة ومشروعة في داخلك ومن حولك.. وإن وعدتَ نفسكَ وعد الحُر وصممت تصميماً قاطعاً بأنك لن تقبل الهزيمة.. فالذي تسعى للحصول إليه هو لك.. وابشر بتحقيق المراد.

عندما سئل المعلم برمهنسا كي يعرّف معرفة الذات قال:

"معرفة الذات هي الإدراك بالجسم والعقل والروح بأننا واحد مع وجود الله الكلي فنحن لسنا قريبين من ذلك الوجود وحسب بل أن وجود الله الكلي هو أيضاً وجودنا الكلي وأننا

قريبون منه الآن بنفس الدرجة التي سنكون بها قريبين منه في أي وقت آخر وما علينا إلا أن نحسّن معرفتنا به."

وقال: "إن الأمانة في إنجاز الواجبات الصغيرة تقوّينا كي نتمسك بمقررات صعبة ستضطرنا الحياة كي نتخذها يوما ما."

وقال: "هناك ثلاثة أصناف من المريدين الروحيين: مؤمنون يحضرون بيوت العبادة وهم قانعون بذلك فقط.. ومؤمنون يحبون حياة النزاهة والاستقامة لكنهم لا يبذلون المجهود اللازم للتعرف على الله.. ومؤمنون مصممون على اكتشاف ذاتهم الحقة في الله."

وقال: "إن الله يحقق بسرعة أية حاجة لمتعبديه لأنهم تحرروا من الدوافع الأنانية التي تحبط المساعي وتخيّب الآمال."

في أغوار الجبال والسموات الساكنةوفي أعماق روحيوكهف السكونأحس بوجود الله وأشعر بغبطته الدائمة

وأشرب من ينابيعه الصافيةالتي لا تنقطع ولا تجف طوال الأبد. سأغوص عميقاً في بحر التأمل والتفكير بالله

إلى أن أعثر على لآلئ الحكمة والفرح الإلهي.
يا رب، امنحي روحاً تتسم بالسخاء
كي أشارك الآخرين بما عندي
وساعدني كي أبصر في بحيرة عقلي الساجية
انعكاس قمر روحي متألقاً بنور حضورك.
اليوم سأغوص عميقاً في بحر التأمل والتفكير بالله
إلى أن أعثر على لآلئ الحكمة والفرح الإلهي.
سأحبك يا رب أكثر من أي شيء آخر
لأنني بدونك لا أقدر على محبة أي إنسان أو أي شيء.
سأعبدك يا رب يا من يستوي حبك
على عرش كل قلبٍ طيب ومحب.
في الحياة والمماة
وفي الأحزان والملمات
يبقى إيماني بك يا رب
قوياً لا يتضعضع
راسخاً لا يتزعزع.
كل نفثة من نفثات حنيني وابتهالي

تفتح في روحي أبواباً ونوافذ
منها أعبر إلى نعيم الله.
مثلما تشع الشمس
على أكثر الطرقات اكتظاظاً
هكذا سأبصر إشعاعات الحب الإلهي
في كل المجالات المزدحمة
لنشاطاتي اليومية.
باركني يا رب
كي أيقظ روحي مع صحوة الفجر
وآتي بها إلى أعتابك المباركة.
* * *
الله هو السكون الكوني
الذي فيه تنعكس كل الأشياء
ومنه تبزغ كل الأفكار النيّرة..
لذا سأحاول ممارسة السكينة
كي أشعر بحضوره السعيد.
إنني أدرك أن الله يصغي
لكل همسة من همسات أشواقي.
هو الحب الكوني..
ومن خلال الحب الإلهي
يمكنني العثور عليه
إذ بالمحبة يقترب المريد من الله
ويشرب من منابع الغبطة المقدسة.
ساعدني يا رب
كي أشحن جسمي
بطاقتك الكونية
وكي أشفي العقل
بالتركيز والتفاؤل
وأشفي النفس
بالمدركات الروحية وليدة التأمل.
دعنا ندرك يا رب
أن متع الحواس سطحية وقصيرة الأجل

في حين أن فرح الروح
هو حقيقي ومتجدد على الدوام.
الله ليس مجرد كلمة نتلفظ به
بل جوهر الحياة وسر الوجود.
قد لا نعرف مدى اتساعه اللامحدود
لكن بإمكاننا أن نحس بوجوده
ونلامس حضوره.
اليوم سأزيّن محراب السكينة
بزهور الشوق الإلهي
وأدعو إليه إله المحبة والغبطة.
أسأل الله أن يظهر لي ذاته
من خلال عيني الروحية
علني أرى نوره منتشراً
في كل أصقاع الكون.
سأتصور الأشياء الهامة التي أحتاجها
وسأفعّل قوى إرادتي وقدراتي الخلاقة
وأتحلى بالصبر والأناة
حتى أحقق مبتغاي بفضل من الله وعونه.
إنني أدرك أن التعاسة سببها الفشل.
لذلك سأبذل قصارى جهدي
للحصول على السعادة الدائمة
من خلال عدم السماح لأي شيء
بمضايقتي وإعاقة رحلتي نحو النجاح.
سأرسم مخططات ذهنية لأشياء صغيرة
وأعمل على تجسيدها
إلى أن أتمكن من تحقيق أحلامي الكبيرة
بعونه تعالى.
إننا أشعة من نور الخالق
نعيش لفترة محدودة في أجسام مادية
ولا بد للأشعة أن تعود إلى مصدرها.
هذا لا يعني أن لا قيمة للجسد
بل يجب أن لا نظن

أننا خاضعون له ولمحدودياته.
الله لا يحابي أحداً
بل يستجيب من خلال قانون ثابت لا يتغير.
من يتجاوز القانون الإلهي
يجلب على نفسه العقاب والعذاب
ومن يحيا وفقاً لذلك القانون
سيثيبه ويجيبه الله
من خلال السلام والفرح الباطني.
سأرفع دعوات حارة
وأستخدم إرادتي على الدوام
إلى أن أحصل على الأجوبة الشافية والكافية لابتهالاتي.
مركز الوعي الروحي .. في الجبهة
إن حاولت صادقاً التعرف على الحقيقة سييسر لي الله السبل لمعرفتها وسأحصل على الرضاء
والأجوبة الشافية لكل ما قد يخطر لي من أسئلة وتساؤلات.
إن مركز الوعي الروحي هو في الجبهة، ما بين الحاجبين حيث العين الروحية التي هي المعبر إلى مملكة الروح ولذلك سأركز على هذه النقطة.
إنني أدرك أن وعيي يتغير بتغيير بيئتي ولذلك عندما تسممني بيئتي بالوهم والخداع سأغيرها إلى بيئة أفضل.
سر الإبقاء على مودة الأصدقاء
قال أحد التلاميذ للمعلم برمهنسا: "سيدي، إنني أجد صعوبة في الإحتفاظ بالصداقات التي أبنيها."
فأجاب المعلم:
"انتقِ صحبك بحرص وعناية. كن أنيساً معهم ، مخلصاً لهم ولكن احتفظ دوما ببعض المسافة
وليكن الإحترام المتبادل صلة الوصل بينك وبينهم، ولا تتخط حدود اللياقة معهم.
من السهل مصاحبة الآخرين ولكن إن رغبت في المحافظة على مودتهم واحترامهم لك فعليك العمل بهذه النصيحة."

من يحكّ مغناطيس روحه على المغناطيس الكوني بالتركيز العميق يصبح جزءاً من ذلك المغناطيس فيكتسب خاصياته ويجلب لنفسه كل ما هو خيّر وصالح.

تأكيدات ذاتية

سأنمّي قوى التركيز والتأمل وأقرأ الكتب النافعة والمواد الجيدة وسأكون أكثر مراعاة لمشاعر الآخرين.

سأقدّر قيمة كل الأشياء الطيبة التي وهبها الله لي ولن أنتظر الظروف المعاكسة كي تجعلني أتذكر النعم الكثيرة التي جاد بها الكريم عليّ.

اليوم سأحاول أن أكون مغناطيساً روحياً حيث سأجلب الخير لنفسي على قدر قوة الجذب التي أمتلكها.

كل ما هو للجسد خاضع للفناء وكل ما هو للروح خالدٌ غير فانٍ ولذلك لن أعطي للأمور المادية الإعتبار الأول في حياتي.

إن طلبت الله أولاً ستتحقق كل أمنياتي ولن يهم بعدها إن عشت في قصر رائع أو كوخ متواضع. سيتمدد وعيي وتتفتح مدركاتي الروحية إن عشتُ بأمانة وإخلاص واستقامة وإن واسيت الآخرين ومنحتهم العطف واللطف والمحبة والتشجيع على دروب الحياة.

* * *

سأل أحد التلاميذ: " يا معلم هل يمكن لنفس ما أن تـُفقد فقداناً أبدياً؟"

فأجاب السيد برمهنسا:

"مستحيل! لأن كل نفس هي جزء لا يتجزأ من الله ولذلك فهي باقية، خالدة، لا يمسها الفناء."

كان أحد المريدين لا يألو جهدا في البحث عن علامات التقدم الروحي، فقال له المعلم:

"إن زرعت بذرة ونبشتها كل يوم لتفحص نموّها فلن تتأصل شروشها في التربة ولن تنمو.

اعتن بها عناية صحيحة، ولكن لا تكن كثير الفضول."

ومضات من معرفة الروح

للمعلم الحكيم

برمهنسا يوغانندا

إن كل المعارف التي يطمح الإنسان لمعرفتها، في كل فرع من فروع العلم والفن، بما في ذلك خفايا الذرة
وتاريخ الكون والجنس البشري، جميعها موجودة في الأثير على هيئة اهتزازات .
هذه الإهتزازات تحيط بنا وهناك طريقة للتوصل إليها مباشرة. وذلك عن طريق بصيرة الروح .
هذا العصر هو عصر المنطق . يجب النظر بتمعن دقيق وتمييز حصيف إلى كل تجربة حتى يتم فهمها
واستيعاب مضمونها، وعندئذ يمكن تخطي حاجز الوهم . هناك سبب لكل شيء، وفي عصر التحليل هذا،
يجب العمل على بلوغ ذلك الفهم .
يمكنني الدخول في حالة النشوة الروحية بترديد :
" الله، الله، الله "
ويمكنني دخول تلك الحالة عن طريق التأمل ..
أو برؤية منظر طبيعي جميل
أو بالنظر إلى وجهٍ يشع بنور الله وحبه .
* * *
إننا نستهلك المعلوم بمعرفتنا له واستمتاعنا به . بعد ذلك نتوجه إلى استكشاف المجهول لأن المعلوم لا
يمنحنا الرضاء الدائم . فلو منحنا ذلك الرضاء لما بقينا لأمد طويل على هذا الكوكب الأرضي .
الرضا الدائم بالمعلوم دون رؤية للمستقبل، ودون بذل المجهود للتحسن، ودون روح المبادرة للإستكشاف،
ودون الحافز للتعليل والتفسير.. يعني الجمود والركود بالنسبة للسلالة البشرية وبالتالي الانقراض
والتلاشي .
* * *
الحياة هنا تبدو عقيمة ومشوشة إلى أن نبلغ شاطئ الأمان .
يجب أن لا نعقد الآمال على غايات دنيوية زائلة وتعلقات مادية هشة .

مثل هذه الإرتباطات الواهية تبعدنا عن هدفنا الأسمى بصورة لا شعورية
مثلما تبعدنا أيضا عن ذاتنا الحقة .
النحلة تعمل بجد وتحضّر للأوقات الصعبة ... وعندما يحل فصل الشتاء تستمتع بما اختزنته من غلة الربيع
والصيف .
وهكذا يجب أن نتعلم كيف نستجمع شهد السلام الإلهي والقدرة على التعامل مع الظروف الصعبة التي
تواجهنا في الحياة .
* * *
في هذا العالم المتقلب
والمحفوف بالمخاطر وعدم اليقين
تشعر بوحشة كبيرة . وحده الله لن يخذلك
ولن يخيب رجاءك .
باركني يا رب
كي أنمي بذور القوة الروحية والنجاح
الكامنة في داخلي
وكي استخدمها فيما يرضيك .
* * *
يجب أن يترك الإنسان بين الحين والآخر كل شيء ليكون مع ذاته لا غير، كي يتسنى له التفكير بغاية
الحياة .
معظم الناس عائمون على تيار من التقاليد والأنماط في الواقع أنهم لم يحيوا حياتهم الخاصة أبداً بل
يعيشون حياة العالم. فما الذي حققوه من ذلك وإلى أين وصلوا؟
لهذا من الحكمة أن ينتزع الإنسان نفسه بين الفينة والأخرى من المشاغل و"الواجبات" اليومية كي يهدّئ
ثائرة عقله ويحاول معرفة ذاته وتحديد الغاية التي يريد تحقيقها .
* * *

من يحب الله، وبالتالي يحب الجميع، فهذا لا يعني أن يحب
أخطاء الآخرين وعيوبهم .
من يحب الله يصبح راسخا في نواميسه. عندما أدركت بأن
أعمالي مكرسة لله فارقني الشعور بأن قناعاتي قد تكون غير
مصيبة .
إنني على استعداد لأن يتم تصحيحي عندما أكون على خطأ،
ولكن عندما أكون على حق لا يفارقني ذلك
الشعور الباطني .
ذلك الشعور ليس وليد العاطفة بل صادر عن الحقيقة،
ولذلك فهو يعزز يقيني ويجعلني ثابتا في قراري .
ما لم يشمل الإنسان رفاهية الآخرين في رخائه فلن يعرف
معنى بحبوحة العيش .
ما أقصده هو الرغبة الصادقة في مساعدة الآخرين كي
يساعدوا أنفسهم. عندئذ ستجد أن مصدراً لا ينضب
من الخير يعمل في حياتك .
ومهما كانت الظروف التي تمر بها، سيبقى ذلك القانون
يعمل دوما من أجلك ويحقق لك كل ما تحتاجه .
* * *
الإخلاص العميق ضروري على الطريق الروحي . ففي
النقاء والصدق يبزغ فجر الروح .
* * *
عندما تكون قريبا من شخص عزيز عليك تشعر بأفكاره
ولكن قد لا تستطيع الشعور بأفكار شخص بعيد
عنك ما لم تمتلك مجال استشعار متطور .
الذين يمارسون أساليب التركيز والتأمل بانتظام يشعرون
بهدوء كبير وتزداد أفكارهم رهافة نتيجة
لممارستهم العلمية تلك فيستطيعون الإحساس بأفكار
ونوايا الآخرين حتى من مسافات بعيدة
!
عاد صفر اليدين
قصة مستقاة من تعاليم المعلم برمهنسا

عندما بلغت بنت أحد الملوك سن الزواج وضع والدها الملك شرطا يتعين على كل من يتقدم لطلب يدها
تحقيقه . وكان الشرط يتمثل في قيام كل خطيب محتمل بسرقة شيء ما دون أن يعرف أحد بذلك .
في اليوم المقرر توافد الخُطاب من كل حدب وصوب وجلبوا معهم منهوباتهم على اختلافها ويحدو كل واحد
منهم الأمل بتحقيق المرام لوفائه بالشرط .
بعد ذلك حضر شاب صفر اليدين وقال للملك :
" يا صاحب الجلالة، ما طلبته أمر مستحيل تحقيقه. إذ لو سرقتُ شيئا ولم يعلم أحد في العالم بفعلتي لكنني
مع ذلك سأعلم أنا بها وهذا ما لا أستطيعه ."
سُر الملك بقول الشاب أيما سرور وقال له :
" أنت الذي تليق بابنتي، فقد حققت الشرط وتستحق أن تكون صهري ووريثي "
* * *
إن حب التملك لا يجدي نفعاً. عندما يحاول أحد شريكيّ الزواج السيطرة على الآخر فهذا دليل على نقص في
الحب .
ولكن عندما يعبّران عن حبهما باهتمام ودي صادق ومراعاة دقيقة للمشاعر ورغبة أكيدة في إسعاد الآخر
يكتسب الحب خاصية ساميةوفي مثل تلك العلاقة نحصل على ومضة من الحب الإلهي .
* * *
الطريق إلى الله هو أبسط وأسهل الطرق، ومع ذلك فقلائل هم الذين يسيرون عليه بالرغم من الطقوس
والشكليات العديدة .
من الأفضل أن نتوجه بقلوبنا إلى الله ونطلب منه ما هو أفضل لنا وأبقى .
في الحقيقة أن الله بانتظارنا لأنه يريد أن يبعدنا عن بؤر الشر ومطبّات الخطر .
يريدنا معه في قلوبنا وأفكارنا لأن بضاعة الدنيا الرخيصة لا تشبع حنين الإنسان ولا تسد الفراغ الروحي

الذي يحسه في أعماقه .
إن الله يتحدث إلينا على الدوام ولكن قلائل هم الذين يسمعون صوته .
ذلك الصوت الهادئ غالبا ما يطغى عليه زعيق الأفكار الصاخبة والمشتهيات الصارخة .
لكن عندما تهدأ الأفكار وتهجع الرغبات نسمع صوت الله بكل جلاء بالرغم من كونه صامتا خافتاً .
حقا أن الله يفعل كل شيء لمساعدة الإنسان.. يفتح أمامه الأبواب ويضيء دروبه ليتبين مواقع خطواته فلا
يعثر ولا تزل قدمه ولكن أكثر الناس لا يدركون هذه الحقيقة .
* * *
اليوم المفقود هو يوم يمر دون التفكير بالله وابتغاء ما يرضيه .
* * *
الحب ينبوع دائم التدفق من نافورات لا حصر لها .. وعندما تُسد فتحات القلب بسوء التصرف
نراه ينبجس ثراً من قلب آخر . لكن التفكير بأن الحب يموت في أي قلب
هو جهل بطبيعة الحب الشاملة .
يجب عدم سد قنوات الحب بالتصرفات الخاطئة
وعندها يمكن ارتشاف سلسبيل الحب الإلهي
المنساب من كل القلوب الطيبة .
* * *
الأشخاص الذين بُترت إحدى أصابعهم يشعرون كما لو أنها ما زالت موجودة . وكل من فقد أحد أطرافه
يعرف هذا الإحساس .
هناك صنو أو نظير أثيري محجوب لكل عضو من أعضاء الجسم. فخلف القلب المادي يوجد قلب مستتر
ولولاه لما تمكن القلب المنظور من الوجيب .
للإنسان أعضاء غير منظورة من بصر وسمع ودماغ وعظام وأعصاب أثيرية. هذه الأعضاء، التي هي

بمثابة أنسجة من النور والنشاط، تؤلف الجسم الكوكبي للإنسان غير المنظور .

الجسم الكوكبي أو الأثيري يشبه تماما الجسم المادي المنظور. والفرق هو أن شكله النوراني الحيوي لطيف للغاية .

* * *

عندما يستيقن الإنسان أنه يمتلك سيادة ذاتية يكون انتصاره أعظم من انتصار الحاكم المطلق، لأنه انتصار يقف شامخا أمام محكمة الضمير .

الأفكار هي هيئة المحلفين والإنسان هو المدعى عليه .

يجب أن يحاسب الإنسان نفسه كل يوم وسيجد أنه كلما أدّبه وعاقبه ضميره .. وكلما حكم على ذاته بالتزام النهج الإيجابي وبالصدق والاستقامة، كلما كان مظفراً منتصراً في الحياة .

* * *

الذين يتعمقون في ارتياد الوعي الكوني ينمّون – تلقائيا – قدرات روحية فائقة وسيطرة على القوى الطبيعية . لكن ما من إنسان حاصل على وعي الله الحقيقي يستخدم قواه للتفاخر والمباهاة، دون حكمة أو تعقل .

الحكماء يدركون أن الله هو العامل الأوحد في الوجود. وبتواضع يعيدون إليه المواهب الخارقة التي امتن عليهم بها .

أليس كل ما في الوجود معجزة؟ والإنسان لمجرد وجوده أليس هو الآخر معجزة؟

فإن كان بنو البشر غير قانعين بكل العجائب التي خلقها الله، فلماذا على القديسين القيام بمزيد من المعجزات؟

أولياء الله الصالحون لا يقومون بأي شيء ما لم يطلب الله منهم عمل ذلك، ولأسباب غامضة وعويصة الفهم أحيانا .

* * *

عندما ندرك أن القدرات التي نحتاجها سواء للتفكير أو للكلام أو للشعور أو للفعل كلها تأتي من الله وأنه معنا على الدوام، يلهمنا ويهدينا، نحصل على حرية فورية من التوتر النفسي .

ومع هذا الإدراك تأتي ومضات من الفرح، بل وأحيانا تغمر كيان الشخص استنارة عميقة مبددة على الفور أفكار الخوف .

قوة الله هي كالمحيط، تموج وتندفع مجتاحة القلب في عملية تنظيف، مزيلة كل العوائق الوهمية المتمثلة في الشكوك والعصبية والخوف .

الإنسان يظن أنه مجرد جسد مادي ليس أكثر، لكن هذا وهمٌ يمكن التغلب عليه بملامسة الإنسان لكيانه الروحي عن طريق التأمل . عندها ستدرك أن الجسد ليس سوى فقاعة من النشاط سابحة على صدر البحر الكوني .

* * *

لولا المحيط الذي تبزغ منه الأمواج لما كان للأمواج من وجود .

وهكذا يجب أن ندرك ونلامس المحيط الإلهي الذي يسند أمواج حياتنا المنبثقة عنه .

* * *

الفكر هو قوة كالكهرباء، والحالات النفسية تعود إلى الفكر وطريقة التفكير .

الكهرباء نافعة وضارة في آن . فمن يحسن التصرف بها يضعها في خدمته وإلا فقد تصعقه .

وكذلك الفكر أيضا إن تم توجيهه في مسارات صحيحة يجلب لصاحبه السعادة وبخلاف ذلك يجلب له المتاعب .

الفكر كالحصان الجامح ومع ذلك ليس ترويضه بالأمر المستحيل، والتفكير الإيجابي هو أحد طرق التحكم بالفكر .

التفكير السليم صديق حميم والفكر السقيم عدو مقيم .

الفكر السليم يجذب السلام والسلامة والفكر السقيم يطلق سهاما فتاكة فترتد على صاحبها مضاعفة، ولذا
قيل الجزاء من نوع العمل .
وما دام المرء يبعث بنوايا الخير ستتحول أفكاره إلى مشاعل تنير حجرات النفس وتطرد أكداس الظلام
فيشعر إذ ذاك براحة عميقة
وتشع عيناه بابتسامة الرضى !
* * *
باركنا يارب
كي نفتح قلوبنا لبعضنا
ونصفّي نوايانا
علنا نستحق حمايتك ورعايتك. اظهر ذاتك باطنا وظاهراً . لنترنم بإسمك المبارك . بدد ديجور الجهل بنورك القدسي . اطرد الظلمة من عقولنا
بضياء وجودك المشع المتسع
وبإخلاص قلوبنا الموحدة
وشوق نفوسنا المتناغمة
نسجد لك، طالبين منك العون والهداية
والإدراك الدائم لحضورك في أرواحنا . لكَ نرفع كل الحب والتكريم والشوق
لأنك حبيبنا وكل ما نملك في هذا الكون .
لقد وضع الله لنا قوانينَ روحية تدعى "وصايا". لكن هذه الوصايا يتم تجاوزها وخرقها في كل يوم وفي كل
مكان .
وما لم يفهم الناس معناها الروحي فإنهم سيتذمرون وينفرون منها دوماً .
تلك الوصايا هي قوانين سلوك أزلية تؤيدها كل الأديان السماوية. لكن النصوص في معظم الأحيان لا تفسر
الجانب السيكولوجي لهذه الوصايا والفوائد التي تقترن بتطبيقها .
الناس يتقبلونها في أماكن العبادة لكنهم لا يتصرفون بمقتضاها خارج تلك الأمكنة، مبررين ذلك بأن تلك

الأحكام هي غير عملية أو منطقية ولا تناسب روح العصر .
ومع ذلك فإن انتهاك تلك الوصايا هو السبب الرئيس لكل شقاء في العالم .
يجب أن لا يتعدى الشخص على حقوق غيره وأن لا ينتزع منهم أرضهم أو سلامهم أو محبتهم أو كرامتهم
أو أيا من ممتلكاتهم المادية والمعنوية .
إن لم تشعر بالرغبة في أخذ ما ليس لك فالذي تحتاجه أو ترغب فيه سيأتيك .
السرقة تتولد أولاً في الفكر عندما يبدأ الشخص بحسد الآخرين .
يجب نزع بذور المشتهيات الخبيثة من الفكر .
الإيثار الروحي هو الطريق.. عندها سيجتذب الشخص البحبوحة تلقائيا وتتوارد عليه الخيرات من حيث
يدري ولا يدري .
إنه قانون إلهي لا يخطئ. أما السارقون والأنانيون فيلهثون طوال عمرهم وراء المادة وعيونهم دوما على
ما بحوزة الآخرين، حتى ولو كانت خزائنهم ملأى بالذهب .
وما لم يتم التخلي عن الأنانية المادية لا يمكن أن يعرف العالم السعادة .
***
إن كنت من عشاق الله وتتشوق لملامسة حضوره فيجب أن تغمر عقلك وجسمك بسلامه وستبتسم لك
الحياة وتتحسن أمورك من نواح عديدة .
الشخص الهادئ نادراً ما يرتكب خطأً، وينجح حيث يفشل الآلاف غيره .
الذين لا يفكرون بالله ولا يهتمون به يصابون بالكآبة والنكد.. يصبحون عصبيين ويتحولون إلى ما يشبهالآلات
المتحركة .
إن شمس الحكمة والسلام ستشرق في سماء السكون وستغمر كيانك بأشعتها الشافية ما دمت تبذل مجهوداً
روحيا وتمنح المقام الأول لله في قلبك .
* * *

يجب أن لا يتعدى الشخص على حقوق غيره وأن لا ينتزع منهم أرضهم أو سلامهم أو محبتهم أو كرامتهم
أو أيا من ممتلكاتهم المادية والمعنوية .

إن لم تشعر بالرغبة في أخذ ما ليس لك فالذي تحتاجه أو ترغب فيه سيأتيك .

السرقة تتولد أولاً في الفكر عندما يبدأ الشخص بحسد الآخرين .

يجب نزع بذور المشتهيات الخبيثة من الفكر .

الإيثار الروحي هو الطريق.. عندها سيجتذب الشخص البحبوحة تلقائيا وتتوارد عليه الخيرات من حيث
يدري ولا يدري .

إنه قانون إلهي لا يخطئ. أما السارقون والأنانيون فيلهثون طوال عمرهم وراء المادة وعيونهم دوما على
ما بحوزة الآخرين، حتى ولو كانت خزائنهم ملأى بالذهب .

وما لم يتم التخلي عن الأنانية المادية لا يمكن أن يعرف العالم السعادة .

* * *

يارب ..
على ضوء شمعة حبي الناحلة
أقرأ كتابك الذهبي
المحفوظ في خزانة روحي
عبر الأحقاب والدهور ..
وحبك القدسي كان يا إلهي ولم يزل
شمعة السلام غير المنظورة
التي تبدد ظلمتي
وتريني السطور السرية
المكتوبة على صفحات قلبي .

* * *

إملأ وعاء عقلي بحكمتك الإلهية
واملأ قارورة عواطفي برحمتك
واملأ سلة روحي بثمار معرفتك المباركة .
استخدم وعاء حياتي كي تملأه بحبك

وتسكبه في نفوس الآخرين . دع وعيي ينساب في كل مكان
لأذوب في وجودك الأعظم .
ها هي إشعاعات فجر حبي
تبزغ من فتحات قلبي المتصدع شوقا إليك
لتلتقي بشمس حبك الساطعة على الوجود
وبفضل حبك المضيء
فقد تبدلت ظلمتي إلى نور وطمأنينة .
* * *
أيها الوامض في النجوم
والهامس في الأفكار التوافقية
والمحب من القلوب الطيبة ..
لا أطلب شيئا سوى حبك
إذ من حقي ومن واجبي أن أحبك .
أنت المطلب الأول في حياتي
والرغبة الأولى في قلبي المتلهف شوقا إليك .
بك عثرت على سعادتي
ومرضاتك هي أعظم إنجازات حياتي .
من أنشودة الحب الإلهي
* * *

عندما يضبط الإنسان جهازه اللاسلكي العقلي ضبطا دقيقا يستطيع عندئذ أن يبث ويستقبل رسائل فكرية .

الإضطراب الفكري، والعواطف العنيفة، والخضوع لسيطرة الحواس ومتطلباتها.. كلها أمور تضر

باللاسلكي العقلي وتشوش عليه، في حين أن الهدوء العميق والصمت وتركيز الذهن والرياضة البدنية هي عناصر جوهرية لتحقيق التناغم التام
.

مثلما تجوب الأصوات الأثير، هكذا تنتقل أفكارنا في أثير الوعي الكوني الذي يحيط بنا وبكل شيء في

الوجود. يجب التناغم أولاً وقبل كل شيء مع الله، والرسالة الأولى التي يتعين بثها يجب أن تكون :

"أحبك ربي حبا لا نظير له ."
* * *
أيها الخزّاف الإلهي
على دولاب الحياة تصوغ مليارات من الأجسام البشرية الفريدة وغير المتشابهة: مركبات جسدية هشة
لروح الإنسان الخالدة .
إن مصنع خليقتك المحتجب ينتج كل شيء : كل الأثاث والتجهيزات التي يحتاجها عيالك البشر لبيوتهم
الجسدية والعقلية والروحية .
أنت المبدع والمنتج والعارض لمنتجات الطبيعة في مواسمها !
أنت رب العمل السماوي الذي يثمّن عاليا الجهود المبذولة في تحصيل الممتلكات الروحية النفيسة
والضرورية للعيش الكريم .
إن خطتك التعاونية تقضي بأن يعمل الإنسان ليستحق الحصول على نعمك والتمتع بها.. إذ عليه أن يقدم
المالَ أو العمل في التربة للحصول على الطعام المغذي.. وأن يراعي الحيطة والإعتدال للحفاظ على الصحة،
مثلما عليه أن يدفع نقوداً من الدرس وتهذيب النفس للحصول على تيارات كافية من النور والقوة لبيته
الروحي المريح .
وعليه أيضا التنقيب في داخله بهمة ونشاط للعثور على ينابيع الحب الإلهي التي تروي ظمأه وتغسله من
غبار الدنيا وأوضارها .
الأشياء المادية يمكن أن تُباع وتُشترى أما بركاتك التي تفوق الأثمان
فليست للبيع أو الشراء !
كل واحد منا سيؤوب يوما ما إلى رشده ويعود إلى ذاته الإلهية مدركا مكانته المقدسة حيث سيغمره نعيمك
الممنوح له بسخاء أبدي !
من " همسات من الأزل" للحكيم برمهنسا يوغانندا
* * *

عندما نستطيع إقناع الآخرين بمودتنا ..
وعندما نتيقن من خلال تجارب الزمن واختبارات أخرى
أن شخصا ما يودنا فعلا من روحه ..
وأننا كذلك نشعر نحو ذلك الشخص بنفس الكيفية ..
ليس من أجل مكاسب شخصية بل لمجرد الإحساس بنبض الصداقة ..
فإننا نرى انعكاس الله.. ونلمس حضور الله ..
ونسمع صوت الله في تلك الصداقة المباركة .

* * *

أحيانا يبدو أن كل شيء يسير بسلاسة فنظن أن الدنيا بخير وأن أمورنا على ما يرام .
ومع ذلك يأتي وقت نشعر فيه أن كل شيء يعاكسنا، وهذا درس لتثبيت عزائمنا واستخراج قوانا الهاجعة
من مكامنها .
لكن بدلاً بذلك نشعر بالإستياء لأن شيئا ما اعترض رغباتنا. عندما نشعر بالإحباط بسبب عدم تحقيق
رغباتنا نقع فريسة لنوبات الغضب ويصبح العقل مشوشاً، فننسى مكانتنا ونفقد تمييزنا، وعندما نتصرف
دون تمييز تكون النتيجة أخطاء وتعاسة .
إن لم نستسلم للغضب بسبب نكسات الحياة أو مسببيها يمكننا أن نرى الأمور بصفاء أكبر ونتعامل معها
على نحو أفضل .

* * *

إن الله برحمته المطلقة يمنحنا فرحه وإلهامه
ويمنحنا الحياة الحقيقية
والحكمة الحقيقية
والسعادة الحقيقية
والفهم الحقيقي
لكن مجد الله لا يظهر إلا في السكينة الروحية التي تحسها النفس وفي محاولة الفكر الجادة للتناغم معه .
هناك نقف وجها لوجه مع الحقيقة. في الخارج الأوهام قوية للغاية، وقلائل جداً هم الذين يستطيعون

التخلص من تأثير البيئة الخارجية .
العالم يستمر بتعقيداته اللامتناهية وتجاربه التي لا تعد ولا تحصى .
إن صوت الله يكمن خلف مظاهر الحياة، ينادينا دوما ويتحدث إلينا من الزهور والكتب المقدسة ومن
ضمائرنا، ومن خلال كل الأشياء الجميلة التي تجعل الحياة جديرة بالعيش .
* * *
صفّ معدننا أيها الكيماوي السماوي ! بدّل ضعفنا إلى قوة
وأفكارنا الخاطئة إلى مدركات فعلية للحق . حوّل الشياطين البشعة لمطامحنا الأنانية
إلى أمنيات سامية مجنّحة .. وجهلنا الأليم إلى حكمة قدسية .. وخامات خمولنا الوضيعة
إلى ذهب مصفى من الإنجازات الروحية السامية.
من هنا وهناك
أنشودة المجذوب

كما رواها المعلم برمهنسا يوغانندا

في سالف الأزمان عاش ناسكٌ على باب الله، لم يتخذ الوعظ والإرشاد سبيلاً ولم يتحدث عن شيء سوى عن الحب الإلهي الذي كان هاجسه الأوحد.

وحيثما ذهب كان ينادي بذلك الحب الرباني المضطرم في أعماقه. كان يتكلم فقط عند الحاجة للكلام، ولم تتجاوز كلماته الإثنتين أو الثلاث، ومع ذلك تبعه الآلاف كي يسمعونه ينشد بشوق ما عليه من مزيد:

يا ربي أنتَ غايتي .. وحبي لكَ رايتي

تهواكَ روحي والفؤاد .. يا منتهى سعادتي

في إحدت المرات، بينما كان سائراً وسط القرى يردد أنشودته البسيطة ترك الرجال والنساء أعمالهم وتبعوه، لكن تخلف الواحد تلو الآخر عن المسير حتى لم يعد يبصرهم.

ثم أتى إلى حقل فسيح حيث أبصر رجلاً يحصد الغلال، فحياه قائلاً "يا حصّاد، يا حصّاد..." فأجابه الحصاد "دعني وشأني يا رجل لا تتكلم معي، فأنا مشغول كما تراني. إذهب عني أيها المجذوب."

لكنه قال له: " لا أطلب منكَ التحدث إليّ، كل ما أطلبه هو أن تجبر بخاطري وتشاركي الغناء، فهلا أسعدتني بترديدك معي إسم محبوبي الإلهي، ومن بعدها سأغادر؟!"

راح الحصاد يغني معه "يا ربي أنت غايتي.. وحبي لك رايتي..." فانتشى وسقط المنجل من يده وسار خلف المجذوب وهو يغني بفرح وحماس.. وحتى الطيور أحسّت بالغبطة وراحت تتصايح وتصدح بأنشودة الحب لله.

وإذ واصلا السير حضرت زوجة الحصّاد وراحت تلوم زوجها قائلة: "خير إن شاء الله! ماذا دهاك حتى تتبع هذا المجنون؟" لكنه أجابها: "قولي ما شئتِ عني ولكن انشدي معي ولو لمرة واحدة، فشرعتْ في الغناء وراح الثلاثة يغنون معاً بهمة وابتهاج.

وأثناء الغناء مرّ بهم بعض أهالي القرية وراحوا يتندرون بهذا المشهد ويقولون "كثرت المجانين هذه الأيام!" فقال لهم الناسك "تريثوا يا جماعة في حكمكم علينا حتى تتذوقوا ما نحسّ به، وبالله عليكم شاركونا الإنشاد ومن بعدها أطلقوا الأحكام."

شاركهم هؤلاء الأشخاص الإنشاد فأصابتهم عدوى الحب الإلهي وراحوا يرددون من الأعماق وبمنتهى الأشواق الأنشودة المباركة.

وانتشر خبرهم في المنطقة فتبعهم مائة .. ومئتان .. وثلاثمائة.. وخمسمائة.. محاولين صدهم وإبعادهم، لكن قلوب الجميع راحت تردد بفرح غامر وشوق متعاظم:

يا ربي أنتَ غايتي .. وحبي لكَ رايتي

تهواكَ روحي والفؤاد .. يا منتهى سعادتي

بارك الله بكم وفرّح قلوبكم

والسلام عليكم

حديث الفلاسفة السبعة عن الإنسان

قال الفيلسوف الأول:

الإنسان هو ذروة التاريخ وغاية الشعر والرباط الحي والطليق الذي يربط الطبيعة بالله.

وقال الفيلسوف الثاني:

دعنا لا نقلل من شأن الإنسان أو نحط من كرامته، إذ بالرغم من انحداره من أسمى المدركات إلى أسفل الدَركات، لكنه ما زال يحمل في روحه آثاراً من ذلك المجد الأولي والروعة الفائقة – فهو وإن كان يشبه أعمدة محطمة لمعبد قديم، لكن روعة المعبد تبدو حتى في آثاره المتبقية.

وقال الفيلسوف الثالث:

ما أفقر الإنسان وما أغناه!

وما أتعسه وما أبهاه!

ما أشد تعقيده وما أروع بساطته!

وقال الفيلسوف الرابع:

الإنسان كتلة من الفوضى والتناقض والأضداد على اختلافها. فمع أنه مستودع الحقائق وحارس الحكمة الأزلية لكن الشكوك تغلفه والحيرة تحجب رؤيته.. وإلى ذلك فهو دائم التوجس من المجهول. إنه فـَخار وعار الكون في آن واحد.

وقال الفيلسوف الخامس:

رغبات الإنسان لا تقف عند حد ويعجز عن تحقيقها أي ثراء مهما كان عريضاً.. ولن يستقر حاله أو يهدأ باله ما لم يدرك غايته التي هي التناغم مع خالقه والتنعم بالقرب منه في كل لحظة من لحظات عمره.

وقال الفيلسوف السادس:

الإنسان إنسانٌ ليس بأمانيه بل بعمله الدؤوب على تحقيق أنبلها.. وليس برغباته الكثيرة بل بفرز صالحها عن طالحها وتحقيق الطيب منها والمفيد لنفسه ولمجتمعه.

وقال الفيلسوف السابع:

الإنسان فقاعة عائمة على سطح النهر الكوني الدائم الجريان في أرض الله.. بعض الفقاعات أشد لمعاناً من سواها، لكنها كلها ستنفجر في النهاية وتذوب في النهر المتجه أبداً نحو البحر الكوني الذي لا ساحل له.

والسلام عليكم

هديتي لكم للعام الجديد

هل يعتمل في داخلك طموح تأمل في تحقيقه؟

ولو أتيح لك اليوم أن تبدأ الحياة من جديد فماذا عساك تفعل؟

الحياة تمنحك هذا الخيار، وعجينة الزمن الخزفية اللدنة بين يديك لتشكّلها كما يحلو لك.

الإنجازات التي تبدو صعبة التحقيق غالباً ما يكون تحقيقها أقرب للمنطق والواقع. وما ظننت أن ليس بمقدورك عمله .. إبدأ بعمله الآن! اطرح جانباً قيود العادات التي فرضْتها على نفسك، وأصخ السمع لهمس الباطن.

الحياة تحمل مفاجآت سارة للذين يحفرون عميقاً في بئر الذات.

ما من هدف يمكن تحقيقه في يوم واحد.. وكلمة السر هي أن تبدأ الآن وليس غداً.

إبدأ على بركة الله! فهذه اللحظة السحرية هي المفتاح لكهف الفرص المليء بالكنوز.

افتح خزان إبداعك الذي تغذيه دائماً وأبداً منابع لانهائية لا ينضب معينها ولا يتضاءل مددها.

القدرة تعني المسؤولية، والموهبة الكامنة هي نبتة مثمرة وضعتها الحياة أمانة بين يديك كي تتعهدها بالرعاية. فلا تدعها تذبل وتذوى في تربة التسويف القاحلة.

الحياة تطلب منك أن تجني بأمانة ثمار ما غرسَته يداها في حقلك. وكل ما تحتاج إليه من أدوات هو بين يديك. فميّز رعاك الله تلك الأدوات بعين البصيرة المتيقظة.

لا تعمل بجهد متوتر تشوبه الرغبة في التحصيل، بل اعمل بهدوء وارتياح وفرح..

ولا ترغب في الهدف أكثر من رغبتك في العمل على تحقيقه.

وبفكر متحفز ويدين تحركهما المحبة، انسج أنماط النجاح بخيوط الحاضر الذهبية.

أما إن أخفقتَ في مجهودك، فلا تشعر بالخيبة ولا تدع الإحباط يتسلل إليك..

بل بقلب غني بالفهم

ويدٍ رشيقة بالمرونة

وعين صافية بالرؤية الجلية

إبدأ من جديد واستبشر خيراً.

في قلب البذرة تكمن الزهرة، ولكن هل تعرف البذرة بدايتها أو نهايتها؟

لكنها إذ تستجمع ما يمكنها من دفء ورطوبة

يتمدد قلب كيانها ليتفتح عن زهرة ناضرة

تبسم للشمس وتحييّها ببهجة الحياة وفرح الإنجاز.

وها هي الحياة تناديك.. تتودد إليك.. وتنخيك للعمل..

فهلا سمعت نداءها واستجبت لتشجيعها؟!

وهلا أدرتَ وجهك للضياء

أضاء الله وجهك بنوره

وحقق أحلامك في العام الجديد.

وكل عام وأنتم بخير!

East-West Magazine

ترجمة: محمود عباس مسعود

تُرى من القائل؟

تذكو الصبابةُ في قلبي فأكتمها

وإن نأيتُ فبالذكرى أناجيها

القلبُ يخفقُ والأشواقُ تمليها

عثرت على هذه الأبيات في أحد دفاتري

ولا أذكر قائلها.. وقد بحثت على النت لأعرف القائل

كي أنسبها إليه لكنني لم أجدها حتى على النت.

وقد شدّت انتباهي لما فيها من حب صادق

وشوق أكيد.. ووفاء بيّن.

لا بد أن شعوراً عميقاً ألهب قلب شاعرنا

فأنار وميضُه حنايا وجدانه

وسرى تياره لطيفاً متلجلجا

في مسالك روحه الحساسة

فهزها وأطربها وأشجاها

ثم كثّف ذاته وانسكب سيالاً نقياً رائقاً من عاطفة راقية

واستحال ألفاظاً رقيقة كنسمات المروج

وهتافاً أثيرياً رخيماً يحرّك مكامن الشعور.

هنا نبصر ألواناً ساحرة من خواطر شديدة التركيز

ونلمح مشاعل متوهجة في كيانه الواله المنتشي

ولا يفوتنا أن نتذوق معه بعض أسىً لاذع

ومع ذلك يبدو أنه يستعذب ذلك الشجى

الذي احتفى به وصاغه من فلذة إحساسه

وها نحن نتحدث عن تجربة شاعرنا المجهول

الذي استوقفتنا أبياته لأنه وضع فيها

من قلبه عصارة

وترك في كلماتها من ذاته أثراً.

دامت القلوب عامرة بالمحبة.. نابضة بالوفاء

والسلام عليكم

حوار بين إبن وأبيه...

سأل الإبن أباه: كأنني أرى في عينيك ابتسامة يا بابا.. فما سرّها؟

أجاب: لأنني أشعر براحة عميقة.

قال: أفصح! ماذا يحدث بالضبط؟

أجاب: تتسرب إلى قلبي طمأنينة فتنعكس ابتسامة في العينين قبل الوجه .

قال: وهل هذا كل شيء؟

أجاب: تتيقظ ذكريات.

قال: وما نوع تلك الذكريات؟

أجاب: عذبة تبعث في الخلايا النشاط.

قال: وكيف يحدث ذلك؟

أجاب: الفكر يا ابني قوة كالكهرباء والحالات النفسية تعود إلى الفكر وطريقة التفكير.

قال: ماذا تقصد بقولك "قوة كالكهرباء"؟

أجاب: الكهرباء نافعة وضارة.. من يحسن التصرف بها تكون في خدمته وإلا فقد تصعقه.

قال: وما هو وجه المقارنة؟

أجاب: الفكر أيضاً إن وجّهته في مسارات صحيحة يجعلك سعيداً وإلا فيجلب عليك الويلات.

قال: وكيف يمكنني توجيهه وهو كالحصان الجامح؟

أجاب: هذا ليس مستحيلاً، إذ إن اكتسبت خبرة بطبائع الخيول، عندئذ ستحسن سياستها حتى ولو كانت جامحة رامحة.

قال: يقولون أن الصديق من أقرب المقربين إلى الشخص، فهل هذا صحيح؟

أجاب: بكل تأكيد.

قال: إذاً الفكر صديق لأنه في منتهى القرب من الإنسان.

أجاب: نعم و لا.

قال: وكيف ذلك؟

أجاب: الفكر السليم صديق حميم والفكر السقيم عدو مقيم.

قال: وكيف ذلك؟

أجاب: الفكر السليم يجذب السلام والسلامة والفكر السقيم يطلق سهاماً فتّاكه فترتد على صاحبه مضاعفة – ضاعف الله حسناتك - ولذا قيل الجزاء من نوع العمل.

قال: وكيف يمكن تفادي ذلك؟

أجاب: ما دمت تتمنى الخير للغير وتطلب من الله لهم العون والهداية ستتحول أفكارك إلى مشاعل تنير حجرات النفس وتطرد أكداس الظلام.

قال: وماذا يحدث إذ ذاك؟

أجاب: ستشعر عندئذ براحة عميقة.. وستبتسم عيناك!

دامت البسمة في عيونكم وعلى على وجوهكم يا أصدقاء

والسلام عليكم

ضيف مُرحّب به

هذا الضيف اللطيف

لا تراه العين بل يشعر به القلب

كفرح أو فرَجٍ يبدد الحيرة

ويواسي القلوب الكسيرة

ويمنح الفهم للتعامل بصوابية مع المواقف الحرجة.

والشعور بذلك الضيف مقترن بفتح الباب له ودعوته بالدخول..

والدعوة يجب أن تكون صادقة وصادرة عن تلهف للإستقبال

فيها من الشوق ما يماثل الرغبة القوية

التي أحس بها "القصّاد" أو المنشد الجبلي عندما أطلقها بحرارة:

(شرّفني زيارة وغيّر العادة.. قلبي من جوّا فاتح لك بابه)

الفرح الحقيقي ليس من صنع العقل أو الخيال

إنه عنصر أثيري شفاف له مصدر

وذلك المصدر ذاتي التجدد لا يقرب النقصان ساحته

ولا يوجد من لم يتذوق ولو جرعة صغيرة منه

ومدى الإحساس به يتوقف على قوة التقبل وطاقة الإستيعاب.

فهو بحر لا قدرة لكل المخلوقات على استهلاكه

لأن مصدره لا يخضع للتناهي بل متصل بالمطلق اللامتناهي

وقد شبّهوا به السخاء والأسخياء.

وهنا تحضرني حكاية ذلك الرجل الفقير الذي تبع بعض الشعراء

وهم في طريقهم إلى الخليفة في مصر، وكان قد استدعاهم ليخلع عليهم.. وكانت مع الفقير جرّة، فما أن دخلوا دار الخلافة ومثلوا أمام الخليفة حتى راح يوزع عليهم الهبات السنية. ثم نظر إلى المعدم بأسماله الرثة وسأله:

وأنت ما الذي أتى بك إلينا وما هي حاجتك لنا؟

فأجابه:

لما رأيت القومَ شدوا رحالهم

إلى بحرك الطامي أتيت بجرّتي

فقال الخليفة: إملأوا له الجرة ذهباً وفضة.

ذلك الخليفة لم يكن بحراً مقارنة ببحر الجود الكوني بل نقطة منه.

وإن كان بيتاً من الشعر استحث أريحيته وحرّك سخاءه إلى هذا الحد وهو بشر فلا بد أن أي التماس صادق لمنبع الجود وبحر الكرم الإلهي سيلقى قبولاً وتحقيقاً.. وسيتكرر العطاء حتى الرضاء..

{وَلَسَوْفَ يُعْطِيكَ رَبُّكَ فَتَرْضَى }

{وَإِنْ تَعُدُّوا نِعْمَةَ اللَّهِ لَا تُحْصُوهَا}

فرّح الله قلوبكم

والسلام عليكم

العنكبوت الصامت الصابر

طلب مني صديقي الأستاذ الألمعي فهمي المشايخي مقدم برنامج (قيادة الذات) كي أترجم بعض قصائد للشاعر الأمريكي الكبير والت ويتمان. ونزولاً عند رغبته العزيزة فقد اخترت هذه القصيدة وأود أن أهدي الترجمة له ولجميع محبي الأدب الرفيع والإيحاءات السامية.

على الصخرة الشاطئية ذات النتوء الصغير البارز

حيث وقف العنكبوت وحيداً بمفرده

وضعتُ علامة لأميّز مكانه

وكان الغرض من تلك العلامة

معرفة الطريقة التي سيستكتشف بواسطتها

محيطه الشاسع وسط الفراغ الفضائي الرحيب.

فأطلق من ذاته سلكاً رفيعاً ، تبعه بسلك آخر، ثم بآخر

وظل يحل بَكرة خيوطه بسرعة مذهلة

دون أن يتطرق إليه الإعياء.

وأنتِ يا نفسي، يا من تقفين محاطة بخضم لا متناهي

من فضاء سحيق لا حد لأبعاده ولا انتهاء

وتستغرقين دون انقطاع في التفكير والإستبصار

أراكِ تنطلقين في مغامرات..

تطلقين الأفكار والطاقات..

تبحثين عن العوالم والأفلاك ..

عللكِ ترتبطي بها برباط وثيق

حتى يتسنى لكِ بناء الجسر الذي له تحتاجين

وتستقر سفينتك بمرساة التثبيت

إلى أن يتمكن خيطك الرفيع الذي تطلقينه بعيداً عنك

من الإمساك بشيء ما

في مكان ما

يا نفسي!

Walt Whitman

ترجمة: محمود عباس مسعود

الكوكبة

هي مجموعة من نجوم ذات تشكيلات بديعة

تُعرف فلكياً بأسماء مختلفة مثل رأس الغول

والنسر الطائر والنسر الواقع ومنكب الجوزاء

والكف الخضيب والشعرى اليمانية

وفم الحوت والرجل الجبار.. وغيرها.

والكوكبة تشد إليها الأنظار

ربما لبعدها عن الأرض..

ربما لما يكتنفها من أسرار وغموض..

ربما لصمتها الأبدي..

أولوميضها الغريب..

وربما...

لأنها تجعل المرء يرفع بصره عن الأرض

ليرنو إلى ما هو أعلى وأحلى!

والكوكبة كلمة جميلة تستوحي عذوبتها

من تلك الظاهرة الفلكية

ذات الحضور المشع والجمال المؤتلق.

وهكذا أنتم يا أصدقائي

كوكبة من نجوم زاهرة

في سماء حياتي

فتحية لكم أينما كنتم

ومودة من الأعماق إلى الآفاق

في الحركة بركة.. و تهلكة

لقد أضفت كلمة (تهلكة) إلى المثل الشعبي المعروف، إذ بدا لي أن ليست كل الحركات مباركة، وبعضها يأتي بنتائج ليست غير مباركة وحسب بل ذات أثر مهلك على أكثر من صعيد.

الحركة في الإنسان لا تتولد من تلقاء ذاتها، باستثناء بعض حركات ربما أثناء النوم أو السير أثناء النوم بتوجيه من اللاشعور. ما عدا ذلك فهي مدفوعة بنية وإرادة لتحقيق هدف محدد.

هذه الحركة هي حيادية بحد ذاتها لأنها مجرد أداة غير واعية تعمل استجابة لأوامر الجهاز الحركي عند الإنسان، والذي بدوره يتلقى الأوامر من الفكر وينفذها.

عندما تُستخدم الحركة في مساعدة الآخرين

ورفع الأعباء عن كاهلهم

وتوظيف الأدوات الحسية في تحسين الأوضاع

على المستويين المادي والمعنوي

واستجلاب كل ما من شأنه أن يبعث الراحة في النفوس

والطمأنينة في القلوب

ويوفر ضرورات العيش، وليس بالضرورة كمالياته

فهي بركة من الله والملائكة والأنبياء

أما إن استُخدمت الحركة في الإيلام

والأذى و تصديع الأفئدة

واستغلال طاقات الآخر الفكرية أو المادية

دون إذن منه أو رضاه

فالنتيجة لن تكون مباركة

ويمكننا عندئذ القول

"في الحركة تهلكة"

طوبى لمن وظّف حركاته في سبيل الخير ورضى خالقه:

فَاسْتَجَابَ لَهُمْ رَبُّهُمْ أَنِّي لاَ أُضِيعُ عَمَلَ عَامِلٍ مِّنكُم مِّن ذَكَرٍ أَوْ أُنثَى}(آل عمران)

وفي الحديث الشريف:

«يَتْبَعُ الْمَيِّتَ ثَلاَثَةٌ فَيَرْجِعُ اثْنَانِ، وَيَبْقَى مَعَهُ وَاحِدٌ. يَتْبَعُهُ أَهْلُهُ وَمَالُهُ وَعَمَلُهُ، فَيَرْجِعُ أَهْلُهُ وَمَالُهُ وَيَبْقَى عَمَلُهُ»

ويفيدنا الإمام علي كرّم الله وجهه من مخزون علمه حكمة إذ يقول:

(شتان بين عملين: عمل تذهب لذته وتبقى تبعته، وعمل تذهب مؤونته ويبقى أجره)

تقبل الله منكم ومنا صالح الأعمال أصدقائي

والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته

البار ودار البوار

قال: هناك مسألة تؤرقني وأريد لها تعليلاً.

أجاب: وما هي؟

قال: أرى سائرين على دروب خاطئة "يريّشون" وينتشون، وطيبين لا يصيبون من النجاح نصيبا.

أجاب: كثيراً ما يضل الناس في حكمهم على الأبرار والأشرار، إذ يحكمون بمقتضى الظاهر لأنهم لا يستطيعون الولوج إلى دواخل البشر ليعرفوا ماهية كل إنسان ويحيطوا علماً بنوايا قلبه وأفعاله السرية. أما الله فهو فاحص النوايا وكاشف الخبايا، فله وحده الحكم وتمييز الطيب من الخبيث، ولذا لا يُستبعد أن من يظنه البشر شريراً قد يكون هو البار، والبار في نظرهم قد يكون هو الشرير.

قال: وهل هناك من طريقة للتمييز الصائب في هذه المسائل؟

أجاب: في حكمنا على السعادة والشقاء، إن لم نتصرف بالصواب نظن أن السعيد هو من تمتع بالغنى واليسار وأحرز الجاه ونال إكرام الناس وتنعم بملاهي الحياة وملذاتها، دون أن نعلم ما قد يقاسيه داخلياً من تبكيت للضمير عما ارتكبه من معاصٍ واقترفه من منكر وعن ظلم للآخرين وما شاكله، فتعتريه تعاسة باطنية وتعتوره أمراض مستعصية تجعل حياته مريرة وعينه غير قريرة نتيجة لأهوائه الماجنة وأنانيته الطاحنة. وقد تفاجئه بلايا هادمة ودواهٍ قاصمة لا يحسد عليها.

قال: وأين تكمن سعادة البار؟

أجاب: أولاً، إن نفس البار لا تتهافت على الخيرات الأرضية، ويكفيه سعادة شعوره بالرضى وبمعاملته المنصفة للناس وراحة ضميره وفرحه الروحي النابع من داخله والمتجدد دوماً، لا سيما

عندما يتفكر بأن الله يثيبه في الآخرة ويمتعه بالأنوار الأبدية عوضاً عما فاته في دار البوار.

قال: ولماذا يعاني الأبرار أو بعضهم ويلاقون عنتاً في الدنيا؟

أجاب: إن الله يفتقد أحباءه أحياناً بضروب من الألم والمعاناة ليس عقاباً لهم بل ليمحصهم في نار التجارب تمحيص الذهب. والبلايا التي تلمّ بهم تقوّيهم وتظهر استحقاقهم الأدبي وتجعل محبتهم لربهم وللناس صافية نقية وراسخة.

كثّر الله من أمثال الأبرار والأخيار في الدنيا

والسلام عليكم أصدقائي

الدر النظيم

عدم تضحية المُثل في سبيل إرضاء الغير

قال: سمعت أن التوافق مع الآخرين أمر مستحسن، فهل هناك استثناءات؟

أجاب: التوافق مع الآخرين لا يعني موافقتهم على كل شيء، ولا تضحية مُثلك من أجلهم، لأن هذا الأسلوب من التوافق غير مستحب ولا يتفق مع الصواب

قال: وهل تحبذ المواجهة بدل الموافقة؟

أجاب: لا ضرورة لذلك، إذ بإمكانك أن تتوافق معهم دون الحاجة إلى التعكير والتكدير. فالمصلحون والعظماء لم يتوافقوا مع كثيرين من الناس من حولهم، ومع ذلك احتفظوا بمَثلهم الأعلى لأنهم أدركوا أن ما كانوا يقومون به كان عين الصواب

قال: وما رأيك بتطويع المُثل أحياناً في سبيل "تمشاية الحال"؟

أجاب: يجب عدم المساومة على مبدأ، وعدم اللجوء إلى نوايا مبيتة لتحقيق غرض، لأنها لا تليق بالمبدئيين. وإن استطعت أن تعيش بكيفية ترضي الله ولا تلحق الأذى بالغير فلا خوف عليك

قال: وما معنى التوافق مع الآخرين على أية حال؟

أجاب: هو أن تكون أولاً وقبل كل شيء متوافقاً مع الله ثم مع ضميرك ومن بعدها مع الناس

قال: وماذا لو لم يرضِ نهجي هذا الآخرين؟

أجاب: يكفي أنك ستكون مرتاحاً في داخلك وستشعر بطمأنينة ذاتية تغنيك عن رضى الآخرين ما دام ذلك الرضى لا يتسق ولا يتفق مع ما تؤمن به في قرارتك

قال: وهل تنصحني بالطلب من الآخرين كي يغيروا أسلوب حياتهم المغلوط؟

أجاب: لا حاجة لأن "تخبط" الناس على رؤوسهم بمطارق الوعظ لجعلهم يقتنعون بوجهة نظرك الصحيحة. فإن لم يرغبوا في انتهاج أسلوبك دعهم وشأنهم وادعُ لهم بالبركة، وإن ضايقوك بملاحظاتهم الجارحة وتعليقاتهم الممضة فلا بأس أن تبتعد عنهم مؤقتاً على الأقل، إنما كن على استعداد دوماً لأن تقاسمهم فهمك وخبرتك، وإن توفرتَ على رحيق من المعرفة فاعرضه على المتعطشين له كي يشربوه هنيئاً مريئاً من فضله تعالى وأجرك على الله

والسلام عليكم

أراكَ تعاتب الأيام

كأني بك يا صديقي

ترنو إلى واحة تقر بها عينك

وإلى راحة يرعى في خمائلها قلبك المضنى.

أراك تجيل الطرْفَ في الأفق الصامت البعيد

محاولاً النفاذ من غياهب الوجوم والهموم

إلى سماء صافية

أكثر ملاءمة لروحك الشفافة

وأقدرَ على احتواء أشواق نفسك المستهامة.

وبعين الخيال أراك تعاتب الأيام

وتسائلها عن كوكب السعد الذي طال انتظار بزوغه

وكأنني أسمع حنيناً ملهوفاً يعتمل في أعماقك

تصلني أصداء أجراسه عبر أثير الروح.

ألمح سفينة أشواقك راسية على الشط البعيد

تحوم حولها نوارس الذكريات

وترمقها لواحظ الكواكب بانعطاف ودي.

أحس برغبتك يا صديقي لخلوة تصبو إليها

علك تخترق أكداس الغيوم

وتنفذ إلى عالم باسم

يزخر بالمعاني الرقيقة والأماني العِذاب.

حققت الحياة أمانيك

وبددت قفار الوحشة من نفسك المرهفة

وأغنتها بأجمل الإختبارات

وأعذب الرؤى

وعليك السلام يا صديقي!

محمود عباس مسعود

فلسفة الشراء وقصة الثعلب والغراب

-

استعلم قائلاً: هل من فلسفة للشراء يمكن أن أعتمدها في حياتي ؟

أجاب: بعض الناس مدمنو شراء بحيث أنهم يبتاعون ما لا حاجة لهم به، وبذلك يبعزقون أموالهم على كماليات لا ضرورة لها.

قال: وبمَ تنصح؟

أجاب: التزام الحيطة ومراعاة الحكمة أثناء التسوق. وإن كان لديك بعض المال ادخره ولا تلق بالاً للإعلانات التجارية التي تحاول دوماً إغراءك لشراء ما لا يلزمك من أجل التخلي عن مكتسباتك لقاء مبتكرات جديدة أو استثمارات "مضمونة الربح". فكلما حاول أحدهم استمالتك بلسان معسول وعروض مغرية تذكر قصة الثعلب والغراب.

قال: هلاّ أعدتها على مسمعي؟

أجاب: ذات مرة كان غراب يحمل في فمه قطعة جبن فسال ريق الثعلب عليها وأرادها لنفسه، وكونه متمرساً في المكر والمخادعة قال للثعلب "يا ليتك تنشدني لحناً يا سيد غراب لأنني سمعت بأن صوتك رخيم ومضرب المثل في العذوبة." فانتشى الغراب من الإطراء وفتح فاه ليغنّي، لكنه ما أن فعل ذلك حتى أفلتت قطعة الجبن من فمه وسقطت على الأرض، فالتقطها أبو الحصين على عجل وهنأ نفسه على غنيمة باردة. لذلك احذر من يحاول التأثير عليك نفسياً لأنه بذلك يريد شيئاً منك. ولا تسمح لأحد أن يستغلك من خلال مداهنتك أو التزلف

إليك ليجعلك ترغب بشيء غير ضروري لنجاحك ولسعادتك الحقيقية.

قال: وهل من طريقة للإكتفاء الذاتي؟

أجاب: بسّط حياتك بحيث لا تعتمد على ممتلكات كثيرة. فتغذية الرغبات تلقائياً وعلى نحو متواصل تطرد القناعة من النفس وتخلق التعاسة والبؤس. فإن عقّدت حياتك بأشياء كثيرة لن تتمكن من الإستمتاع بأي منها. ولكن إن دققت في حياتك ستجد طرقاً عديدة يمكنك بواسطتها اختزال الكماليات دون أن تشعر بالحرمان.

قال: وما رأيك في الشراء بالتقسيط؟

أجاب: إجمع أولاً لما تحتاجه واشتر ما تحتاجه نقداً دون الحاجة إلى أقساط وفوائد مرتفعة ووجع رأس. طبعاً هناك فائدة من التعامل مع الذين يريدون أن يبيعوا سلعهم ليكسبوا لقمة عيشهم، ولكن لا تسمح لنفسك بأن تعيش خارج حدود طاقتك، لإنك إن فعلت ستخسر كل شيء لا سمح الله عندما تواجهك أزمة خطيرة أو تواجه انعطافة حادة في الطريق وسيكون "طعم المغراية" في الإنتظار.

قال: وما هو تعريفك للتوفير؟

أجاب: التوفير فن ويلزمه تضحية. ولكن إن اقتصدت في الشراء وعشت ببساطة ستتمكن من توفير بعض الدخل على أساس منتظم، وتذكر المثل الشعبي "قطرة على قطرة تصير غدير" بعونه القدير.

أغناكم الله من واسع فضله أصدقائي

والسلام عليكم

الإستبطان الذاتي والنجاح

قال: هل صحيح أن توجيه الإنسان أسئلة لنفسه هو نوع من عملية الإستبطان الذاتي؟

أجاب: وهو كذلك.

قال: إن أردتُ تطبيق مثل هذا الإستبطان فبماذا تنصحني بأن أسأل نفسي؟

أجاب: إسأل نفسك عن الغاية من حياتك. فأنت أكثر المخلوقات تطوراً وقد أودع الله في داخلك نفساً شريفة هي جوهرك.

قال: وما الذي سيتغير إن أدركت هذه الحقيقة؟

أجاب: ستحرز نجاحاً لا حد له، وستتذوق فرحاً طوباوياً وستتحقق كل رغباتك النبيلة وستتغلب على كل مصاعبك ولن يقوى العالم على اصطيادك بأحابيله أو تضليلك بأوهامه.

قال: لكن الحياة تعج بالمشاكل وتمور بالأحداث الأليمة.

أجاب: أجل، الحياة البشرية هي مواجهة مفتوحة ودائمة مع المشاكل، وكل واحد لديه مشاكله الخاصة. هناك مليارات البشر وأيضاً مليارات المشاكل التي يتعين التعامل معها على أساس يومي. البعض يعاني من مشاكل في القلب والبعض يشكو من الزكام والبعض متخم بالمال وآخرون بينهم وبين الفلس جفاء مستحكم، وغيرهم لا يتعبون أنفسهم بالتفكير ولذلك فهم أقل دراية بالمشاكل، إذ ما دامت بطونهم ملآنة فالدنيا بالنسبة لهم بألف خير. لكن من هم السعداء فعلاً في الحياة ومن هم الناجحون؟

قال: بداية ما هو معيار النجاح؟

أجاب: السعادة هي معيار النجاح بغض النظر عن المنصب الوظيفي أو الوضع الإجتماعي. المفهوم السائد عن النجاح هو امتلاك الثروة والأصدقاء والمقتنيات الجميلة والفاخرة، وهذا ما

يدعوه البعض الحياة المنعّمة. لكن الإنجازات المادية لا تعني بالضرورة النجاح الحقيقي.

قال: وما هو السبب؟

أجاب: لأن الأشياء والظروف خاضعة للتغيير. فاليوم قد يكون عند الشخص أشياء وغداً تطير من يده. لذلك لا تظن أن من يصبح مليونيراً يضمن لنفسه النجاح. فقد يجدّ ويجتهد، ويكد ويكدح لقطف ثمار النجاح في مجال عمله، لكنه يُفاجأ بأن حياته يعوزها التوازن ولا يمتلك حرية التمتع بالأشياء التي يرغب القيام بها، بل قد تتألب عليه الهموم ويصاب بالتوتر والإنفعال بحيث تنهار صحته ويقع فريسة الإكتئاب. وهكذا يتبخر النجاح الموهوم ويشعر بأنه أضاع حياته وتبددت كل أحلامه.

قال: وهل الصحة تعني النجاح؟

أجاب: قد يمتلك الشخص جسماً قوياً (مثل الحصان) ولكن دون أن يكفي من المال ليقيم أوده، فيشعر بالحسرة والمرارة لعدم امتلاك ضرورات العيش وأساسياته. أو قد يمتلك الصحة والمال ولكن دون إحساس بالرضى. فإطعام الجسم وإشباع الغرور لا يرضي النفس اللطيفة. وقد يمتلك كل شيء ومع ذلك يشعر بفقر ذاتي مدقع.

قال: والخلاصة؟

أجاب: ما لم يمتلك الإنسان السعادة في قلبه فلا يمكن اعتباره من الناجحين.

قال: هل من مزيد؟

أجاب: في هذا الكفاية اليوم.. زادك الله علماً وأسعدك في الدارين.

والسلام عليكم

أحزان الآخرين

أيجوز أن أرى دموع الآخرين

دون أن أشعر بالحزن أيضاً؟

وهل يمكن أن أحس بما يعانونه من أسى

دون أن أحاول تخفيفه؟

هل لي القدرة على رؤية دمعة منهمرة

دون أن مشاركة صاحبها الشعور؟

أبمقدور الأب سماع بكاء ابنه

دون أن يتعاطف معه؟

أتستطيع الأم سماع أنين طفلها

والإحساس بما يراوده من خوف

دون أن تتأثر؟

لا.. لا.. هذا غير مستطاع!

أبداً.. أبدا.. هذا مستحيل!

فلا تفكروا أن الله بغافل

عن تنهيدة واحدة نتنهدها

ولا تظنوا أننا تذرف دمعة واحدة

دون أن يراها خالقنا.

فالله يمنحنا الفرح

لعله بذلك يقضى على شقائنا

ويلازمنا برحمته وحنانه

حتى يتلاشى بؤسنا

وتتبدد أحزاننا

منارات روحية

www.swaidayoga.com

أرني رسالتك يا رب منقوشة بحروف من نور على صفحات قلبي، واسمعني همساتك في معبد ضميري، واملأ وعاء عقلي بمعرفتك ورحمتك وسلامك.

العمل ضروري وهو حافز قوي لعبقرية الانسان وإبداعه. لكن إن كان الهدف من العمل هو جمع المال فإنه يفقد قيمته وأهميته. يجب أن يكون العمل مكرساً للخدمة في المقام الأول، والسلعة التي تُباع يجب أن تتسم بالجودة وتكون نافعة للآخرين.

* * *

الله يمنحني النور والحياة والقوة والحكمة والعقل والسعادة الروحية. سأغوص في بحر الحب الإلهي عن طريق غبطة التأمل. وسأجلب الحضور الإلهي إلى عقلي كي أحل معضلات الحياة.(2)

يا رب، على ضوء شمعة حبي النحيلة سأقرأ كتابك الذهبي الموجود في داخلي منذ الأزل. حبك يا رب هو نور السلام الذي يبدد ظلمتي وينير دربي.(2)

* * *

إن سيل السلام الروحي العارم يجرف من النفس ركام المخاوف وأكداس الهموم.

سأطلب الله في خلوة روحي وسأبتهل بعمق إلى أن ينبض قلبي بحبه وأحصل على استجابته.

أسألك يا رب أن تمزج شعاع روحي بنورك الكوني. دعني أدرك أن حكمتك تنير عقلي وقوتك تعضدني وتسري في عروقي.

* * *

سأشحن عقلي بقوة الإيمان وأثق بأن ما من شيء يمكن أن يؤذيني لأنني محاط على الدوام بالحماية الربانية.

يا رب، دع جمر أشواقي يتوهج دوماً بحضورك المبارك. لتكن حكمتك مرشدي وليكن حضورك الفرح الأعظم في حياتي.

* * *

العالِم الأصيل يمتاز بصفة رائعة وهي رحابة الصدر وسعة الأفق. فهو يبدأ بمعلومات أولية بسيطة وصولاً إلى كشف الحجاب عن نواميس الطبيعة وكيفية عملها ويقدم بعد ذلك نتائج أبحاثه للعالم، وهو على استعداد دائم لمواصلة البحث عن طبيعة الأشياء وجوهرها. وجهود هؤلاء العلماء هي التي أدت إلى اكتشاف القوانين الطبيعية التي ضاعفت المنافع التي يستفيد منها ويتمتع بها البشر، وتدريجياً نتعلم كيفية استخدام هذه القوانين بطرق عملية شتى وعلى نطاق واسع كما هو الحال في وسائل الراحة المستخدمة في الحياة اليومية.

* * *

السعادة التي يمنحها الله لا تعادلها سعادة أرضية. الفرح الروحي لا نهاية له، وعندما يذوب كل شيء ويتلاشى يبقى ذلك الفرح متواصلاً، ومن يرغب بالحصول على ذلك الفرح عليه أن يخصص وقتاً للتأمل والتفكر بالله والتوافق معه، لأن التوافق الروحي مع الله يمنح السعادة الحقيقية

.

حديقة العام الجديد

لقد تلاشت أصداء العام المنصرم بما فيها من أحزان وضحكات.. وها صدى أنشودة العام الجديد يشدو مشجّعاً، مبشّراً بالأمل، وهامساً:

" صُغ حياتك من جديد بصورة مثالية، اهجرِ الأعشاب الضارة للمخاوف القديمة،

ومن حديقة الماضي المهجورة استجمع وادّخرِ فقط بذور الأفراحِ والتحصيلات والآمال والأفكارِ والأفعال الطيبة والرغبات السامية النبيلة. وفي التربة الندية لكل يوم جديد ازرع تلك البذور الجبارة واسقها واعتنِ بها حتى تنمو وتعبق حياتك بمزايا التفتح النادرة.

العام الجديد يهمس:

"يقّظ الروح أسيرة العادات واستحثها للقيام بجهود نافعة جديدة. لا تكف عن المحاولة ولا تسترح قبل بلوغ الحرية الأبدية والتفوق على الكارما (نتائج الأعمال السابقة دائمة المطاردة والتعقـّب).

وبفكر منتعش ومنتشٍ بالسرور الدائم التجدد، فلنفرحِ معا ولنسرِ يداً بيد قاصدين البيت السماوي حيث لن نخرج بعدها خارجاً.

* * *

إذا تذكرت الله وجعلته محور حياتك، وإن ابتهلت له بحرارة وعمق ستحصل بكل تأكيد على استجابة منه، فالصلوات الحارة والصادقة تلامس قلب الله. RE-1.23

هو ينبوع الحكمة والإلهام المشع، وهو العبير المتضوع من حدائق القلوب المحبة الطيبة، وهو أريج الورود السماوية وأزهار الأفكار الناضرة، وهو الحب الذي يلهم حبنا ويسري في قلوبنا

* * *

إن أفضل صديق لك هو الذي يقترح عليك بتواضع كيف يمكنك تحسين شأنك لأننا إن عشنا دوماً في صحبة المداهنين المتملقين فذلك يضر بنمونا الروحي. يجب أن نحبذ صحبة أولئك الذين يقولون لنا الحقيقة ويساعدوننا بكيفية أفضل.

* * *

الآباء والأمهات يتعامون بسهولة عن عيوب أولادهم ويتغاضون عنها. وإن لم يتمكنوا من رؤية عيوب أبنائهم فهناك دون شك شيء خطأ في حبهم. يجب أن يتعلم الأهل المحبة غير المشروطة حتى يتمكنوا من رؤية أخطاء أبنائهم ومساعدتهم على تصحيحها والسير في الطريق الصحيح.

* * *

إن أردت أن تكون سعيداً كل الأوقات لا تسمح لنفسك بالتهاون والكسل ولا تتجاهل العوائق المادية التي تقف حاجزاً في طريق سعادتك. اعمل ما بوسعك للتخلص من تلك العوائق وانجز كل الأعمال المتوجب عليك أداؤها بنفس رضية وفكر منسجم.

* * *

دعنا يا رب ننظر إلى الفضيلة لا بخوف وهلع بل بمحبة واحترام. فلندرك أن مراعاة نواميسك الأدبية ستتوجنا بأكاليل نعمتك. لقد أمرتَ بوصايا التقوى صوناً لسعادتنا. فلنهجر دروب الإثم التي تقود دوما إلى الآلام والمعاناة ولندرك أن الفضيلة هي أكثر – بما لا يقاس – سحراً من الرذيلة. ساعدنا كي نفهم أن الشر الذي يبدو في البداية ساراً ممتعاً، يتحول تدريجياً إلى سم قتّال، وأن الخير المرّ المذاق في البداية، يتحول في النهاية إلى رحيق سلسبيل!

* * *

الهموم لا تجدي نفعاً بل تثقل القلب بهموم أخرى. عند الانتهاء من العمل اليومي يجب عدم مداومة التفكير به وعدم

حمله في الفكر وأخذه إلى البيت. الهموم تشكّل طبقة كثيفة من الغيوم الكالحة الربداء حول الفكر مما يؤدي إلى التعثر بسبب عدم رؤية الطريق بوضوح وسهولة. يجب أن نتعلم التوكل أكثر فأكثر على الله.

يجب أن تتمحور الحياة حول الخدمة إذ بدون ذلك المثل الإنساني لن يبلغ الوعي الذي وهبه الله للإنسان غايته. عندما نخدم الآخرين وننسى تلك الأنا الصغيرة سنشعر بالحضور الإلهي.

* * *

الخير أكثر من الشر في هذا العالم لأن الله هو القوة العظمى. لكن عندما تأتينا الشرور نظن أن لا قدرة لنا على التحكم بها والتخلص منها. عواصف الشر لا بد أن تهب ولكن باستطاعتنا التخلص من مؤثراتها والترفع المعنوي عنها.

عندما يتذوق المريد عذوبة الحب الإلهي يحس بأمواج نشوانية لامتناهية تغمره ويشعر بشوق عارم ومتوهج لله فيبتهل بتركيز عميق ويناجي الله من أعماق قلبه حتى يستجيب له.

* * *

عندما يحل الروتين الممل والهوس الجنسي والتعلق المادي والهيجان العاطفي والاستغلال والانتقال المفاجئ من التقارب إلى النفور بدلاً من الحب، يتلاشى عندئذ الحب من القلوب ويصبح في خبر كان.

* * *

في نَغَم الكمان ونحيب الناي، ولحن الأرغن ورنات العود، أسمع صوت الله. في قلب الروح تكمن السعادة التي تطلبها نفسي. لقد أحسست فجأة بغبطته المدخرة في قفير سكوني. سأعتصر القفير وأتذوَّق شهد النَّعيم الأزلي.

الشوق لله معناه محبتنا له. الحنين لله يجب أن يكون صادقاً ونقياً وعميقاً ومتوهجاً، وإن أردنا الحصول على استجابة منه يجب أن نسلّم قلوبنا له ونبتهل إليه من أعماق قلوبنا حتى نحصل على تلك الاستجابة المباركة.

الحب الإلهي أقوى من الموت وأكثر ديمومة من أي مظهر من مظاهر الحياة الزائلة.

* * *

سيروا على دروب الحياة بثبات لا يعرف التقهقر والنكوص وبإيمان يقيني بأن قوة الله الخلاقة واللامتناهية تواكبكم وتعضدكم على الدوام.

إن الله يستجيب للنداءات الوجدانية الحارة لذلك المريد الصادق الذي يبثه حنينه وأشواقه ويطلب عونه بثقة ورجاء، ويأتي إليه بكل تأكيد لينجده ويخلصه من مصاعبه.

البطانية السابحة كما رواها الحكيم برمهنسا:

في إحدى المرات كان صديقان يتمشيان على ضفة النهر فأبصرا ما بدا لهما بطانية عائمة، فألقى أحدهما بنفسه في النهر وسبح حتى وصل إلى "البطانية". لكنه تأخر في العودة إلى الضفة، وقد لاحظ صديقه أنه يجد صعوبة في معالجة "البطانية" وأنها سبب تأخر عودته فصاح به قائلاً:

" لماذا لا تتركها وتعود؟"

فأجابه صديقه:

"هذا ما أحاوله ولكن البطانية تتشبث بي ولا تسمح لي بالإفلات والعودة."

ولفرط دهشته أدرك بعد فوات الأوان أن ما ظنه بطانية لم يكن سوى دب سابح.

[قدّر لرجلكَ قبل الخطو موضعها]!

معظم الناس يتخذون مقررات دون وضعها قيد التنفيذ، ونتيجة لذلك يتدحرجون من قمة النجاح مع أنهم يحلمون بأنهم يتسلقون القمة. الذين يبددون قوى إرادتهم يجدون أنهم كلما ناضلوا من أجل النجاح كلما ازدادوا غرقاً في مستنقعات الفشل. ذوو الإرادة الفعالة لا يكفون عن تكرار المحاولة مهما أخفقت جهودهم إلى أن يبلغوا أهدافهم المشروعة التي يصْبون لتحقيقها.

* * *

أيها الطبيب الكوني، دعني أشرب حتى الإرتواء من مياه سلامك العذبة الشافية علني أحس بغبطتك المنعشة وحيويتك التي لا يتطرق إليها الوهن والإعياء.

* * *

الصوت الإلهي يتحدث إلى كل القلوب المخلصة والمتوافقة مع الاهتزازات العليا. صوت الحكمة يجوب الأثير بحثاً عن الأفكار المتناغمة التي تطلب السلام والغبطة والمعرفة المقدسة.

* * *

الإنسان يعطينا مشورته ثم يتركنا وشأننا لنحصد ثمار أعمالنا [التي قد تكون نتيجة لمشورته المغلوطة] أما الله فيمنحنا الهداية وطريقه يفضي دوماً إلى السعادة والخير.

فلنحيا في نور الله ولندرك أنه خلف هذا الكابوس الأرضي تكمن يقظة أبدية. ولنشعر بالحضور الإلهي خلف كل الظلال القاتمة.

* * *

مثلما تنشد النحلة دوماً الأزاهير العذبة، هكذا سيأتي الحب الإلهي إلى حياتنا عندما تكون مليئة بالأفكار الطيبة والنوايا الخيّرة.

* * *

عندما يغمرك الفرح لإسعاد الآخرين، وتعاملهم معاملة طيبة وتجعلهم يشعرون بالطمأنينة والسلام، تُرضي الله وتعتبر ناجحاً في الحياة.

* * *

عندما نقع في مشاكل مع أصدقائنا أو أعزائنا يجب أن نخرج من تلك الورطة بما أمكن من السرعة، إذ من العبث ومن غير المستحسن تأزيم الموقف باللوم والمهاترة والزعيق حتى ولو كان الآخرون مخطئين. بإمكاننا مساعدة أحبتنا كي يحسّنوا مسلكهم ويصلحوا عيوبهم من خلال مثالنا الحسن بدلاً من التنديد الصارم والكلام الجارح.

* * *

أسألك يا رب أن تعثر روحي على السلام وتبصر إشعاعات الأمل من وراء غيوم اللامبالاة. ألا فليبزغ بدر اليقين في سماء قلبي كي أشعر بالطمأنينة وراحة الروح.

الآن أحس بك تشرق على أفق عقلي، وها هي غيوم الجهل تنقشع بفضل نورك المبارك وحضورك المؤنس المغبوط.

* * *

إن قلب المريد الصادق يردد على الدوام:

"إلهي وحبيبي، لا أريد أن أعلق في شراك هذا العالم وأوهامه، ولا أريد سوى إيقاظ حبك في نفوس الناس. إن قلبي ونفسي وجسدي وفكري وكل ما أملكه هو لك." مثل ذلك الحب يجد طريقه إلى الله، ومثل ذلك المريد يتعرف على الله.

يا إلهي الحبيب، إنني أعلم بأنك حاضر في كل مكان. فكما أن الزيت الثمين كامن في الزيتون غير المعصور، هكذا هو زيت حضورك المبارك الذي يمكن استقطاره في معصرة التأمل عليك والشوق المتعاظم إليك.

* * *

الغواية هي فكرة قهرية خدّاعة، متناقضة، ومتوقعة للذة. الطاقة التي تولدها هذه الفكرة يجب استخدامها في البحث عن الحقيقة التي تمنح السعادة بدلاً من استخدامها في الأفعال المغلوطة التي تسبب القلق والمعاناة.

وبالتجريب وضبط النفس والحكمة نتعلم التمييز بين المفاتن الزهيدة الزائفة لهذا العالم ومحاسن ومباهج الله العظيمة واللامتناهية.

* * *

⋆ الإيمان في قلبي هو وليد الإدراك الحدسي. إنه يستحثني ويهمس لي كي أنقّب عن كنز الحب الإلهي في داخلي.

⋆ التفكير بالله هو أعظم ترياق لهموم الدنيا، ولذلك سأمارسه بصدق وعمق ومداومة.

⋆ ألمسْ يا رب عين تأملي بحيث تتجه نحو الداخل وتعاين شمس الغبطة الروحية متوهجة في قلبي.

⋆ وساعدني كي أفتح أبواب الهدوء لأستقبل الإشعاعات الشافية لنورك المبارك.

سأطرد القنوط وسأبذل ما بوسعي كي أشعر بحضورك يا رب في التأمل، وسأطلبك بكل قلبي وجوارحي حتى تظهر ذاتك لي.

إن حصرْ الفكر بالحالات والظروف والأوضاع المتقلبة والمتغيرة من شأنه تقييد الوعي بالأمور الخارجية. يجب التركيز على الدائم الباقي والممتنع التغيير وجعله محور الإهتمام والتفكير. من يفعل ذلك ستغمره المغناطيسية الروحية وتشرق عليه الأنوار الربانية.

* * *

ليتضوع شذاك يا رب من زهرة روحي وليجتذب النفوس إلى معبد حضورك.

ولينبض حبك في قلبي عله يخفق بالتوافق والانسجام مع الجميع.

بارك أفكاري يا رب علني آتي بعطاشى الروح إلى ينبوع سلامك. وكن ضيفي الأبدي واسكن معبد سكينتي وفرحي.

لن أنساك ولن أسير على دروب الحياة بدونك.

امنحني الأشواق الوجدانية الغامرة، وفي صدى الإخلاص الحي لك، دعني أسمع صوتك المبارك.

كل يوم سأطلب السعادة أكثر فأكثر داخل عقلي وأقل فأقل عن طريق الرغبات المادية.

أسجد لك يا رب امتناناً وعرفاناً بالجميل لأن توجهاتي الروحية وميولي الإيجابية ستتغلب بفضلك على سلبيات الحياة وشرورها. ساعدني كي أعزز مقرراتي في التخلي عن العادات الضارة التي تجلب نتائج سيئة وكي أنمّي عادات مفيدة تجلب نتائج خيّرة. وساعدني كي أُبقي شعلة الأمل متقدة في قلبي وأنا في طريقي إليك.

* * *

يجب ألا تكون إرادة الإنسان رهينة النزوات والأهواء والعادات الضارة. هذا لا يعني عدم استخدام الإرادة بل يتعين التمييز الحصيف عند استخدامها كي تكون على توافق وانسجام مع الإرادة الإلهية.

على الراغب في السعادة والنجاح أن يمتلك إيماناً راسخاً بالله، وأن يرفع وعيه إلى مستوى السلام والهدوء الداخلي، وأن يركز على الشجاعة والإقدام، ويتوفر على الإرادة والعزيمة، وينجز واجباته بهدوء وثقة.

* * *

إنني مستعد لأن أمنح حياتي كلها لإنسان واحد مخلص، لكنني أبتعد عن المرائين غير المخلصين. لا أتملق ولا أخدع إنساناً، وهكذا يجب أن نحيا في هذا العالم.

* * *

يجب أن نمتلك الجرأة وأن نكون مخلصين وأن نحيط أنفسنا ليس فقط بالذين يمكننا إلهامهم بل أيضاً بأولئك الذين يستطيعون إلهامنا.

* * *

يمكنني إنجاز كل واجباتي فقط باقتراض قواي من الله. ولذلك، فإن رغبتي الأولى هي مرضاته. الله هو الحب الأول في قلبي وهو الطموح الأعظم في داخلي والغاية القصوى لإرادتي وعقلي.

الاتزان جميل ويجب أن يكون الأساس والركيزة لمشاعرنا وأفكارنا.

* * *

الغيري محب الإيثار لا يسمح للأنانية بأن تملي عليه لأنه يستحيل تذوق الغبطة النقية ما لم يكن الشخص واسع الأفق وطيب القلب بحيث ينشد السعادة ويتمناها للآخرين كما لنفسه. ذلك مبدأ كوني لا يتغير.

* * *

لا زلت أذكر عندما حصل لي اختبار لم أكن أتوقعه؛ إذ من خلف غيوم التأمل انبثق فجأة فجر الغبطة الروحية وغمر كياني.

تلك التجربة المباركة فاقت كل التوقعات، إذ شعرت بفرح يعصى على الوصف، وأضاء نور الغبطة كل زوايا الوعي المظلمة، مُقصياً ظلال الحيرة والتساؤلات. لقد اخترق ذلك النور – كالأشعة السينية – الأجسام الخشنة وأراني أشياء تقبع خلف أفق الرؤية العادية.

* * *

ضربات القلب المتواصلة تعلن بوداعة عن وجود القوة اللامتناهية خلف أبواب معرفتك. الخفقات اللَّطيفة للحياة الشاملة تهمس لك:

"لا تحصل وحسب على سيل شحيح من حياتي، بل وسّع مجال إحساسك ودعني أغمر دمك وجسمك وعقلك وأحاسيسك وروحك بخفقات حياتي الكونية."

* * *

دعني يا رب أحس بحضورك في كل نشاط أقوم به.
وساعدني على إقصاء ظل الخوف الذي يحجب نور هدايتك.
ولتتفتح زهور أشواقي في حديقة قلبي وأنا في انتظار بزوغ فجر قدومك.

* * *

اطرد أفكار الفشل بأفكار النجاح الإيجابية واستبشر خيراً، وتخلص من المخاوف بعدم التفكير بها.

بدد الأحزان بنور السعادة ولاشِ المهاترة بالمودة والمجاملة.

اخلع الأفكار المريضة عن عرش الصحة ونصّب بدلاً منها الأفكار السليمة والمشاعر الصحية.

أرح قلبك من الاضطراب والقلق واطرد غيوم الجهل من أفق حياتك.

* * *

الإنسان المنتصر في معركة الحياة يحمل معاناته كوسام شرف على صدره.

* * *

باركني يا رب بحيث لا أرى سوى الخير ولا أفكر سوى بالخير ولا أصاحب إلا الطيبين الأخيار ودعني أتأمل عليك يا من أنت منبع كل خير وصلاح.

ابعد عني أشباح الظلام وانظرني من قلب السماء ومن منافذ قلبي ومشاعري، واظهر لي في معبد محبتي لك.

* * *

يجب أن نبذل ما بوسعنا لإبقاء مشاعرنا تحت سيطرتنا على الدوام، وبذلك يمكننا أن نتحكم بعواطفنا ونضبط أنفسنا كلما التقينا بذوي الطباع الرديئة الذين يحلو لهم تعكير سلام الآخرين وإفساد الأجواء من حولهم.

الإعتبار الأول في سلوك الشخص هو الإصلاح الذاتي، فالشخص الطيب يستطيع بمسلكه النبيل مساعدة الذين حوله في التغيير نحو الأفضل.

* * *

إعاقة الشهوات تعمي الفكر، وعندما يسيطر ضباب الشهوات على فكر الشخص فإنه يفقد توازنه الداخلي ويتصرف دون تمييز، علماً بأن التمييز الفطري هو القوة الدافعة وراء كل عمل سليم وسلوك قويم. وعندما تنكسر عجلة التوجيه في عربة الإنسان العقلية فإنه سينتهي لا محالة في خندق التألم والشقاء.

* * *

عاجلاً أم آجلاً ستنقشع أوهام الحياة وتتضح غايتها. وعندما تتبدد أوهام الطفولة والشباب فماذا يبقى؟ لا يمكننا العثور على السعادة النقية إلا بالقرب من الله والإحساس بحضوره الذي يملأ النفس بالطمأنينة والسلام.

* * *

يجب أن نكون واقعيين في توقعاتنا وأن نطلب من الله تحقيق احتياجاتنا الضرورية وحسب، وأن نعرف الفرق بين الاحتياجات الفعلية والرغبات غير اللازمة، وأفضل طريقة للتمييز بين ما هو ضروري وما هو غير ضروري هو الاحتكام إلى المنطق

والعقل وعدم الرغبة في الحصول على أشياء عقيمة لا تفيدنا ويُستحسن الاستغناء عنها.

* * *

قد أرتحل إلى ما وراء أبعد الكواكب والنجوم
ولكني سأحبك على الدوام.
مريدوك قد يأتوا وقد يمضوا في سبيلهم
ولكني سأصحبك وأحبك على الدوام.
قد تتقاذفني أمواج التجسدات العديدة
وأحس بالوحشة والوحدة
ومع ذلك سأحبك على الدوام.
العالم المتلهي قد يسلاك
ولكني سأذكرك على الدوام.
قد يخبو صوتي ويخذلني
ولكن بعبارات روحي سأهمس:
"سأحبك على الدوام."
المحن والأمراض والمنية قد تمزقني
وتنخل جسدي، ولكن ما دام في ذاكرتي
بقية من بصيص، انظر في عينيّ المحتضرتين
إذ من خلالهما سأقول لك:
"سأحبك طوال الأبد
وسأبقى وفياً لك على الدوام!"

* * *

عندما تقول "الله معي" فلن يأتيك سوى الخير من أفكار الآخرين. حوّط نفسك بالله فاسمه الأقدس هو قوة عظمى، وهو ترس منيع تميل وتنحرف عنه كل الاهتزازات والأفكار السلبية.

الفرح الروحي يكمن في التفكير الدائم بالله والشوق المتعاظم والمتواصل له، وسيأتي وقت حيث لن يتأرجح الفكر أو يهتز قلقاً. إذ ذاك لن تتمكن أكبر بلية جسدية أو أزمة نفسية من إبعاد الوعي عن حضور الله الحي.

كم هو رائع أن نحس بالقرب من الله وأن نفكر به ونلمس حضوره على الدوام!

* * *

يجب أن تسعى إلى تحقيق غايتك المشروعة بتفاؤل وفرح، ومجرد توقع تحقيقها يجب أن يدخل البهجة إلى نفسك، كما يجب أن تفرح أيضاً عند تحقيق تلك الغاية لأنها إنجاز يستحق أن تبتهج به.

* * *

يقال أن النحلة مغرمة بعبير اللوتس بحيث تبقى في قلب الزهرة لمدة طويلة تمتص الرحيق. وإذ تفعل ذلك تقفل أوراق اللوتس عليها فتواجه حتفها داخل اللوتس. ثم هناك إيل المناطق الشمالية الذي تثمله ألحان الناي. فعندما يعزف الصياد على الناي يأتي الإيل إليه فيواجه مصيرة المميت. وهناك كذلك بعض الفيلة المدجّنة، فأنثى الفيل تُستخدم لاستمالة واصطياد الأفيال الأخرى. وفي هذا السياق قال فيلسوف عظيم ما معناه:

النحلة يفتنها العبير
والإيلُ صوتُ الصفير
والفيلُ في الأسرِ يقع
بسبب اللمس المثير.

لكن ماذا بشأن الإنسان الذي يمتلك كل تلك الحواس؟ ونصيحة الفيلسوف له هي: "لا تكن عبداً لحواسك، ولا تدع شيئاً أو أحداً يسيطر عليك".

أما أنا فأقول: "تذكّر أن كل حواسك قد وُضعت في خدمتك وينبغي لها أن تصغي لأوامرك وتمتثل لإرادتك الواعية."

* * *

الماء والجليد هما مظهران لعنصرين غير منظورين هما الأكسجين والهيدروجين، ووجودهما هو عبارة عن وجود شكلي وزائل. وبالمثل فإن العقل البشري والمادة هما مظهران من

مظاهر العقل الكلي، ولا يمتلكان سوى وجود نسبي محدود، إذ في الحقيقة لا وجود في المطلق سوى للعقل الكوني.

* * *

هناك أشخاص لا يثقون بأحد وتراودهم الشكوك حول إمكانية العثور على أصدقاء صادقين، بل وبعضهم يفاخر بقدرته على الإستغناء عن الأصدقاء. ولكن الذين يعجزون عن إظهار المودة والصداقة نحو الآخرين يتجاهلون قانون التمدد الروحي الذي بواسطته توسّع النفس حدود نطاقها وتعود إلى أحضان الروح الإلهي.

* * *

عندما يحلل الشخص نفسه يجب أن يمتلك رغبة قوية للقضاء على نقاط ضعفه وجعل نفسه ما ينبغي أن يكونه، وألا يدع التثبيط يفل عزيمته لدى التعرف على الشوائب التي يسلط تحليل الذات الأمين النور عليها.

* * *

شرطا السعادة: العيش ببساطة والتفكير السامي.

عندما كنت طفلاً حررت رسالة إلى الله. كنت صغيراً وبالكاد أعرف الكتابة لكني ذكرت له أموراً عديدة. لم أطلب شيئاً لنفسي بل طلبت منه أن يعلمني شيئاً عن ذاته، وكل يوم كنت أنتظر ساعي البريد كي يأتيني بالجواب على رسالتي.

لم أشك قط في قلبي. وفي أحد الأيام حصلت على الجواب في رؤية، إذ أبصرت حروف رسالة مباركة تشع نوراً ذهبياً. لم أستطع القراءة جيداً ولكني فهمت فحوى الرسالة على النحو التالي: "أنا الحياة وأنا المحبة، وإنني أرعاك من خلال والديك!" عندها فهمت وشعرت بالحضور الإلهي.

* * *

سأعمل على تناسي صعوباتي الماضية وسأواجه الحاضر بجرأة وأنتظر المستقبل بثقة تامة بالله.

إنني أعرف بأن كل الأماني الطيبة التي أحس بها في قلبي ستتحقق على أرض الواقع بعونه تعالى.

سأبذل جهدي لتحسين ذاتي كي أحصل على فهم أكبر لمعنى الحياة، وسأحاول ما بوسعي اكتساب الحكمة وإيقاظ بصيرة الروح والتوحد مع الحقيقة العظمى.

* * *

يا رب، سأبتهج بالنور والمحبة اللذين هما من فضلك العميم وسأرفع لك آيات الشكر والامتنان عرفاناً بالجميل.

سأنتهج الإخلاص فكراً وقولاً وعملاً، وسأحاول إسعاد الآخرين لأن سعادتي من سعادتهم، وسأذيب ذاتي الصغيرة في ذات الكل.. الذات الكلية.

الحب هو نبض كل الخليقة.

الحب هو حديث صامت بين قلبين.

الحب هو نداء الله لكل الخلائق

كي تعود إلى بيته السماوي.. بيت الوحدة الكونية.

يولد الحب في حدائق النفوس المتفتحة. إنه الرحيق الأقدم والأعذب المحفوظ في قوارير القلوب الوفية الأصيلة.

من يعرف ذاته يدرك أن كل القوى اللازمة لإنجاز الأعمال تنساب إلينا من الله. ومن بلغ حالة السكينة الروحية (طمأنينة النفس) يشعر بفرح داخلي متجدد بغض النظر عن الدور الذي يؤديه على هذه الأرض. مثل ذلك الشخص يحيا ويسيّر حياته وفقاً لمشيئة الله.

* * *

الاضطراب الذهني يزعج العقل ويشتته، والمزاج الحاد يحجب الرؤية الصحيحة، والانفعال يسبب سوء الفهم. معظم الناس يتصرفون ليس بتفهم وروية ولكن طبقاً لحالاتهم المزاجية. كما أن التحيزات والأحكام المسبقة تلطخ مرآة التمييز وتشوه الفهم وتحول دون رؤية الأمور بصفاء ووضوح. ولذلك يتعين تنقية البصيرة من كل مسببات التشويش والاهتياج والإجحاف التي من شأنها إعاقة الرؤية السليمة والإدراك الصحيح.

* * *

يوجد رب لهذا الكون وقد منح الإنسان الاستقلالية والقدرة والعقل. يستطيع الإنسان العثور على الله بفضل هبة العقل، أما

إن صرفَ أوقاته في التلهي دون بذل المجهود اللازم للعثور على معنى الحياة والتعرف على خالقه فهو بذلك يهدر الطاقات الثمينة الممنوحة له من الله ولن يعثر على السعادة الحقيقية.

مع أنني أقوم بأعمال عديدة لكنني لا أشعر بأنني مقيّد بما أقوم به، لأنني أدرك بأن هذا العالم ليس مقراً لي.

* * *

البحث عن الله لا يمنحنا عذراً لإهمال واجباتنا المادية والفكرية والاجتماعية في معترك الحياة. ومن ناحية أخرى فإن الطامح الروحي الجاد يتعلم ضبط النفس والتحكم بانفعالاته وعاداته ورغباته من أجل تحرير معبد الحياة من ظلمة الجهل حتى يتمكن من إدراك الحضور الإلهي. وكما أن الجواهر الموجودة في بيت مظلم لا يمكن رؤيتها، هكذا لا يمكن اختبار الوعي الروحي طالما قوى الجهل والنشاز النفسي هي المسيطرة على الإنسان.

* * *

قد يرغب البحر في سكب ذاته في فنجان ولكن لا يمكن للفنجان أن يستوعب أكثر من حجمه. وبالمثل فإن الحقيقة هي للجميع ولكن ذوي الوعي المحدود لا يتعمقون في البحث والتنقيب ولا يكلفون أنفسهم عناء الغوص إلى ما تحت السطح، ولهذا السبب لا يمكنهم العثور على الحقيقة. يجب أن نبذل ما بوسعنا للقيام بالبحث المعمق والعثور على الكنوز.

* * *

يجب رفض كل فكرة سلبية تحاول إقحام ذاتها على الوعي أثناء التركيز على موضوع خطير أو مسألة هامة. معظم الناس يفكرون بأشياء أخرى عند قيامهم بأعمال هامة. مثال على ذلك: بينما كان حضرة القاضي يصدر حكمه النهائي بخصوص مسألة دقيقة تعني الحياة أو الموت لشخص آخر كان في نفس اللحظة يفكر بالمعاملة السيئة التي تلقاها في نفس اليوم من زوجته، وكان صاحبنا منزعجاً لأن حكمه في البيت كان غير نافذ.

فإن أصدر هذا القاضي قراراً خاطئاً وحكم بالموت على شخص بريء بسبب نقص في التركيز فإنه سيقف بدوره متهماً ومداناً أمام القاضي الأعظم ألا وهو القانون الكوني الذي لا يعرف المحاباة أو المحسوبيات.

* * *

لقد بدد نسيم إلهامك كل السُحب، وها سماء فكري في غاية الصفاء والنقاء، وبعيون مطهرة أبصرك في كل مكان. إن أشعة شمس غبطتك تنفذ إلى أعماق كياني، وبجوع الأجيال أتغذى على نورك المبارك.

* * *

في هذا العالم المتقلب والمحفوف بالمخاطر وعدم اليقين تشعر بوحشة كبيرة. وحده الله لن يخذلك ولن يخيب رجاءك.

باركني يا رب كي أنمّي بذور القوة الروحية والنجاح الكامنة في داخلي وكي استخدم تلك القوة فيما يرضيك.

* * *

يا رب، في خلوة أفكاري أذوب شوقاً لسماع صوتك. أبعد عني الأصوات الدنيوية المعششة في ذاكرتي. أريد أن أسمع صوتك الهادئ متجاوباً في أعماق روحي. استحوذْ على كياني ودعني أحس بحضورك المبارك في داخلي ومن حولي.

* * *

من السهل معرفة ما إذا كان الشخص يتغذى فكرياً من بيئة مسالمة أو مُحبة للشجار.

* * *

المخاوف الداخلية والاضطراب النفسي أو القلق الناجم عن مخالطة النوع غير الصحيح من أصدقاء وأقرباء كلها تساهم في إنتاج فكر مشوش ومزاج مضطرب. أما ذوو الطباع الهادئة والسلمية فيساعدون على جعل الفكر مغناطيسياً وصحياً.

* * *

إن الله يمتحننا ليشدد عزائمنا لا ليحطمنا. الجهل يقضي علينا إذا ما وضعنا كل ثقتنا في الجسد. الذين يواصلون بحثهم عن الحقيقة يعثرون على الحياة الأبدية. هذا العالم هو فرن متأجج به تنصهر نفوسنا ليخرج منها فولاذ الحكمة والقوة الروحية.

لدى الإنسان قوى كامنة لم يستثمرها بعد. كل القوى التي يحتاجها. لقد وهبه الله قوة العقل ليحرر ذاته من القيود الدنيوية التي تكبله وتبقيه أسير العادات والأهواء. من يصمم اليوم على عدم السماح لتحديات الحياة بكسر إرادته وإعاقة مسيرته فستعطى له المقدرة على التغلب عليها.

* * *

لا تطلع الآخرين على كل أسرارك باسم الصراحة، فإن أظهرت نقاط ضعفك للمستهترين فسيغتنمون الفرصة للتلذذ بالسخرية منك عندما يرغبون في إيذائك. فلماذا تزودهم بما قد يوجهونه ضدك ويسببوا لك الأذى؟

* * *

أيا شراب قلبي المنعش، أعبّك مراراً وتكراراً ومع ذلك تبقى زجاجة وعيي طافحة على الدوام. لا أعرف إسماً لهذا الشراب المبارك، لكنني أعرف أنه رحيق الحب الإلهي الذي يمنحني الفرح الروحي المتجدد.

الفرح الروحي متجدد لأنه ليس وليد الرغبات العابرة. إنه يظهر في النفس التواقة في تلك اللحظات التي ينصهر فيها القلق الذهني وتتلاشى العادات الضارة والنزعات المقلقة بلمسة السكينة الباطنية النابعة من أعماق بصيرة الروح.

* * *

لا يمكن عقد مقارنة بين أغنياء الأرض وأغنياء الروح، لأن أغنياء الروح هم أغنى الأغنياء في عين الله.

أصمم هذا اليوم على ألا أنحدر إلى قاع القنوط والإحباط والتحسر على آمال ضائعة وأحلام غير عملية لم تتحقق. وبدلاً من أن أسمح لنفسي بالبقاء مقيداً ومحدوداً، سأعيش وفقاً لإيحاءات الحكمة مدركاً بأنني بذلك سأعثر على السعادة التي أنشدها.

* * *

أشكرك يا رب لأنك تذكرني كل حين حتى ولو لم أتذكرك ويغمرني شعور بالامتنان للخيرات التي أفضت بها عليّ. باركني كي أحيا بتذكر دائم لك.

* * *

عندما يتم تصفية الوعي من التعصب وتحريره من الأوهام سنمتلك فهمًا يلهمنا لا في أوقات محددة فقط بل في كل يوم من أيام حياتنا بتجديد حيوية وشباب أجسامنا وتقوية أفكارنا وشحن نفوسنا بتيارات الحكمة والسعادة.

* * *

نمّ عادة النطق بالصدق دون التلفظ بما هو غير ضروري وتجنب قول ما من شأنه أن يلحق الأذى بالآخرين ولا يخدم الحقيقة.

* * *

معظم رجال الأعمال ليسوا فعّالين في كسب المال وليسوا ناجحين في إدارة الأعمال ولا هم بالأزواج الحكماء، لأنهم عندما يكونون في مكاتبهم يفكرون في متاعبهم البيتية مع زوجاتهم، وعندما يكونون في البيت يكون بالهم منشغلاً بمتاعبهم العملية. يجب عدم محاولة التركيز على أكثر من شيء واحد في المرة الواحدة.

* * *

إن صمم الشخص الخاطىء على إصلاح ذاته وتحسين حاله نحو الأفضل من خلال مصاحبة الطيبين فسوف يتغير نحو الأفضل في حين يفقد الشخص الروحاني الطباع روحانيته ويرجع القهقرى في صحبة ذوي الدوافع الخاطئة والميول الشريرة.

* * *

تذكّر ان الرغبة في التقرب من الله هي أعظم وأسمى استخدام للإرادة لأن الله وحده هو الدائم الباقي ومعه يأتي كل خير. نمّ قوة إرادتك وتحاشَ الرغبات الضارة ولا تستخدم إرادتك في تحقيقها لأنه جهد عقيم وهدر للطاقات دون مبرر. قم بواجباتك في هذه الحياة على أكمل وجه وفي نفس الوقت انظر

للحياة على أنها حلم زائل واشحذ الهمة ووطّن الإرادة على معرفة الله.

* * *

إن عاش الإنسان حياته بحكمة وتبصر فسيجد أن الموت ثوابٌ وانتقال إلى حالة أفضل في عالم أمثل.

* * *

أعطى المعلم برمهنسا النصيحة التالية لأحد المريدين:

لا تكن وحيد الجانب، بل عليك أن تحيا حياة يسودها الترتيب والاتزان وأن تضع أولويات لواجباتك. فالواجب هو العمل الذي تؤديه عن طيب خاطر ورغبة فعلية وليس بتذمر وإحساس بأنك تسدد دَيناً عليك. يجب أن يحتل الوعي بالواجب الروحي والأخلاقي المقام الأول في عقلك، إنما يجب عدم إهمال الواجب المادي لأنه هام للغاية ويجب تعزيزه بالواجبات الإجتماعية والوطنية والدولية.

* * *

"وعلاوة على كل شيء، كن صادقاً مع نفسك."

هذه العبارة تتوج قائمة من النصائح الشهيرة الموجهة إلى بولونيوس في مسرحية هاملت لشكسبير، وتعني فيما تعنيه بأن يكون الشخص صادقاً مع ذاته، وألا يفعل ما يشعر في قرارة نفسه بأنه خطأ. في الحقيقة الضمير الحي والنظيف يمنح صاحبه فرحاً وقوة يفوقان من حيث القيمة والأهمية كنوز الكون.

* * *

إن قوة التركيز السامي تهدّىء من عواصف القلق وتخفف من زخم الهموم وتكبح الشهوات الجامحة وتستقطب الحكمة الربانية التي لا تتغير ولا تتبدل.

* * *

النجاح لا يعتمد على القدَر أو الحظ بل على التوافق الذاتي، بواسطة التأمل، مع القوانين الكونية.

* * *

يجب عدم السماح لأي شيء أو لأيٍ كان باحتلال عرش القلب الذي ينبغي أن يكون مكرساً لله وحده.

* * *

طباع المرء تجعل مشاعره باردة وفهمه ناقصاً بحيث يتعذر عليه الانسجام مع الآخرين.

* * *

الحياة البيتية يجب أن تكون فردوساً ولكن الطباع السيئة تحولها إلى جحيم. يأتي الزوج من العمل فيجد زوجته مكتبئة ومكدّرة فلا يستطيع التفاهم معها. أو قد يعود إلى البيت بطبع عصبي فلا يمكنها التفاهم معه. وهكذا فإن متاعب كثيرة تصيب الآخرين بسبب الطباع غير السوية.

عندما يكون أحد أفراد أسرتك يغلي من الغضب أو في حالة لامبالاة فإنك تتأثر بطبعه على الفور. أو قد تقترب من أحدهم وأنت في غاية الفرح ولكنه مزاجي ومحب للخصام فيتلفظ بكلام جارح يبدد فرحك على الفور وترغب في الابتعاد عنه.

لا تلق بالاً لطباع الآخرين ولا تسمح لها بالتأثير عليك.

* * *

لقد واجهتُ تجارب كثيرة جداً في الحياة وأصعب تلك التجارب كانت مع أشخاص أساءوا الظن بي. لقد رأيت أناساً أحببتهم وأعطيتهم قلبي يسيؤون فهمي وينقلبون ضدي. لكن ذلك لم يخلق مرارة في نفسي لأن المرارة تحجب الفهم.

لا أسمح لنفسي بأن تتأذى بسبب سوء فهم الآخرين لي بل أحاول بدلاً من ذلك مساعدتهم إن كانوا متقبلين وابعث لهم بنوايا الخير والأماني الطيبة.

* * *

العمل المستقيم يشبه ارتشاف رحيق الصلاح العذب والطيب المذاق، أما الأعمال الشريرة فهي ذات طبيعة ضدية وتشبه تناول العسل المسموم. الأعمال والتصرفات التي تؤذي الصحة وتفضي إلى التعاسة النفسية والجهل ينبغي تجنبها جملة وتفصيلا. الإنغماس غير المبرر في تعاطي المواد الضارة على اختلافها هي البوابات التي منها تدخل المتاعب النفسية والأمراض والآلام الجسدية.

* * *

أيا محبوبي الإلهي
أنت ينبوع المودة المتدفق من قلب الصداقة وأشعة الدفء الخفية التي تفتح براعم المشاعر في قلوب الأصدقاء
والأشعار الوجدانية التي تمجد النبل والوفاء والإخلاص.
* * *
كلما بعثت بتعاطفي وإرادتي الطيبة للآخرين كلما فتحت قنوات روحية من خلالها تأتيني محبة الله. الحب الإلهي هو المغناطيس الذي يجذب ويجلب الخير الأعظم.
* * *
من الضروري أن يصمم الشخص على الاحتفاظ بسكينته الباطنية وبسلامه حتى ولو كان يعيش مع أقرباء مزعجين أو يعمل مع رب عمل قاسٍ، أو يتعامل مع من يعتبرهم خصومه، أو يواجه أياً من محن الحياة. وإن واظب على هذا التصميم في حياته اليومية ولم يشعر بالتثبيط بعد أيام قليلة من التجارب سيحقق الاتزان الذاتي وسيعثر على السعادة النفسية.
* * *
الشر والخطيئة ليسا من طبيعة الإنسان الجوهرية بل مستوردان من الخارج ومغروسان في ذاته.
* * *
الذهب المطمور تحت الأوحال لا يفقد جوهره ويتألق بصفائه الطبيعي حال إزالة الطين عنه، وبالمثل فإن الخير موجود في نفس الإنسان بالرغم من طبقات الجهل التي تغطيه وتحجبه. فمهما تلطخ ذهب النفس بأوحال الجهل الكثيفة والمتصلبة ما علينا إلا أن نغسل تلك الأوحال بماء الحكمة لإظهار الرونق الجميل لذهب الروح الأصيل.
* * *
غالباً ما يركز الناس على انتقاد بعضهم بعضا وهذا هو السبب في عدم ملاحظتهم للمزايا الطيبة التي يتمتع بها الطرف الآخر.
* * *
الجهل موجود مناصفة بين الشرق والغرب. عندما يتقابل الجاهلون من الشرق والغرب يتشاحنون ولا يتفقون على رأي

فيما بينهم، وهذا هو الدليل على تمجيد الكبرياء والاعتداد بالرأي الذاتي دون سماع واحترام الرأي الآخر حتى ولو كان صائباً. ولكن عندما يلتقي عقلاء الشرق والغرب فإنهم يبحثون الأمور بموضوعية ويعملون على التعاون المثمر فيما بينهم بما يعود بالخير والنفع على الجميع.

* * *

لقد وهبنا الله نفساً وعقلاً وجسداً، وعلينا أن ننمي هذه الهبات بكيفية متناغمة ومتوازنة. يجب ألا يسمح الإنسان لنفسه بأن يصبح عبداً للبيئة أو أسيراً للعادات.

* * *

بإمكان الآباء والأمهات المتطورين روحياً مساعدة العالم بإنجابهم أبناء ذوي طبائع روحية وبانتهاجهم أسلوب حياة معتدل يسوده التأمل والتهذيب الذاتي.

* * *

الأمنية هي رغبة تعوزها القدرة على التحقيق، أما النية فهي أقوى من الأمنية، في حين ان الإرادة هي الرغبة الدافعة إضافة إلى الطاقة الفاعلة لتجسيد تلك الرغبة. وهذا يعني العمل المركز والمتواصل إلى أن تتحقق تلك الرغبة. ما أقل الأشخاص الذين يريدون ويحققون ما يرغبون بتحقيقه! بالطبع يجب ألا يستخدم الشخص قوة الإرادة لتحقيق أفعال شائنة ومستقبحة لأن ذلك هو تعدٍ على الغاية الحقيقية للإرادة ويجلب نتائج معاكسة وضارة، فإرادة الانسان يجب توجيهها بالحكمة والتمييز مما يقود إلى التنوير والقرب من الله.

* * *

إن كل ما هو جميل وجدير بالاعتبار في هذه الحياة غالباً ما يكون محتجباً في مناجم يكتنفها الغموض... الجواهر النادرة يصعب العثور عليها بسهولة، والكنوز الروحية الثمينة يجب التنقيب عنها واستخراجها بالاستعانة بمعاول الفهم والحكمة.

* * *

إن إسعاد الآخرين من خلال الكلام الطيب وتقديم النصح الصادق هما من علامات العظمة الحقيقية. أما إيذاء الغير بالكلام الساخر الممض والنظرات السلبية والمقترحات الأنانية فدليل

على الخباثة. النظرات الجارحة والأنفاس الغاضبة تؤذي أكثر من اللكمات الموجعة والضربات المؤلمة. الهزء والسخرية يظهران روح العصيان والغضب في الخاطئين في حين تخلق الاقتراحات الودية بهم الندامة والدهشة.

* * *

أحياناً يظهر الله ذاته لمحبيه كنور عظيم أو كصوت كوني أو كفرح لا حد له أو كحب في منتهى العذوبة أو كفهم وحكمة ومعرفة .إن نوره يمتد وينتشر كأجنحة كونية فوق الأبدية، وأحياناً أرى هذه الأرض كحلم في قلب ذلك النور وهكذا أدركت أن العالم هو حلم.

* * *

يجب ان نبذل ما بوسعنا لنطهّر قلوبنا بالحكمة ونغسلها بمحبة الله، ولندرك اننا كلنا أخوة وأخوات، سائرون معاً الى بيتنا السماوي.

* * *

سعادتك الكبرى تكمن في استعدادك الدائم للتعلم والتصرف السليم، وكلما قوّمت نفسك كلما ساعدت على ترقية الآخرين من حولك، فصاحب التحسين الذاتي هو السعيد دوماً، وبقدر ما تكون سعيداً بقدر ما تسعد الآخرين من حولك.

* * *

فلنعمل معاً على إطعام الجياع وتوفير الملابس والأدوية لمحتاجيها وتعزية المحزونين وكفكفة دموع المحرومين وإدخال البهجة إلى نفوسهم ورسم البسمة على وجوههم.

* * *

لو لم يضع الله محبته في قلوب الأمهات لما استطعن محبة أطفالهن. فالحب الإلهي ينساب من خلال قلوب الأمهات. البيت يمتلئ بالنعمة لوجود الأم الكونية في صورة الأم البشرية ويجب أن نحتفظ بشعلة محبة الأم حية في قلوبنا.

* * *

الحياة هنا تبدو عقيمة ومشوشة إلى أن نبلغ شاطئ الأمان. يجب ألا نعقد الآمال على غايات دنيوية زائلة وتعلقات مادية

هشة. مثل هذه الإرتباطات الواهية تبعدنا عن هدفنا الأسمى بصورة لا شعورية مثلما تبعدنا أيضا عن ذاتنا الحقيقية.

* * *

إن صوت الله يكمن خلف مظاهر الحياة، ينادينا دوما ويتحدث إلينا من الزهور والكتب المقدسة ومن ضمائرنا، ومن خلال كل الأشياء الجميلة التي تجعل الحياة جديرة بالعيش، ومجده يظهر في السكينة الروحية التي تحسها النفس وفي محاولة الفكر الجادة للتناغم معه.

* * *

اجلعني يا رب نسر التقدم الروحي المحلـّق شاهقا فوق الأزقة الترابية لضيق الأفق والمغالاة بالرأي والمعتقد.

نادني إلى طبقات أعلى فأعلى، خلف الإهتزازات الأرضية والغيوم الحاجبة لنور الشمس.

دعني أستقل جناحيّ التوازن إلى تلك الأجواء الشاهقة ذات المدركات الرفيعة.

فوق كل العواصف والأعاصير سأنطلق بحثا عن العش السماوي.

اجعلني يا رب نسر التقدم الروحي الدائم البحث عنك بشوق وتلهف.

أنعشنا يا رب بنسائم وجودك العاطرة، واملأنا شوقاً لحضورك المجيد، وليختمر كياننا بحكمتك الربانية. دعنا نشعر أن نورك القدسي يتخلل كل جوانب حياتنا ويشحن عزائمنا ويبدد ظلامنا ويغمرنا بالسلام والتفاؤل ويمنحنا الهمة للقيام بالأعمال الخيّرة.

* * *

من يمنح مساعدة عقلية ومادية للآخرين بقلب طافح باللطف والكرَم سيجد أن ما يعطيه يعود إليه، وهذا هو قانون العمل الذي يسري على القلوب.

* * *

ما يحس به الشخص نحو الآخرين يُحدث ذبذبات دائمة في الأثير، تجذب إليه مقداراً موازياً من التعاطف واللطف. من يصفح عمن أساء إليه سيجذب التسامح والمغفرة لنفسه.

* * *

مثلما لا يمكن التحدث من خلال هاتف معطل، هكذا لا يمكن بث الابتهالات بفعالية من خلال جهازٍ فكريّ عطلته مطارق القلق والهموم والتبرم والتعلق بالأمجاد الدنيوية الزائلة. إنما يمكن إصلاح ذلك الجهاز بالسكينة العميقة والهدوء، مما يعزز قدرته على بث النداءات الروحية واستقبال البركات والمدركات السامية.

* * *

في هذا العالم المتقلب والمحفوف بالمخاطر وعدم اليقين تشعر بوحشة كبيرة. وحده الله لن يخذلك ولن يخيب رجاءك.

* * *

اجعلني يا رب شفـّافا بالنقاء علـّني أبرز نورك الشافي في داخلي.

هدّىء مرآة عقلي المهتزة بالقلق علــّها تعكس وجهك اللامتناهي.

افتح نوافذ الإيمان في روحي حتى أتنشق عبير سلامك.

أيها النيّر بذاته! يا ذا الجلال الذي يعصى على الوصف!

انظر في عينيّ الوالهتين، علني لا أبصر في الدنيا سواك!

* * *

الأصوات المختلفة لها تأثير مختلف على الجملة العصبية. فالأصوات الناشزة لها تأثير مهيج على الاعصاب، بينما الأصوات التوافقية تنشط الأنسجة المرتخية الذابلة للجملة العصبية عن طريق إيقاظ قوة الحياة فيها.

لذلك فالكلمة اللطيفة الرقيقة، والأغنية الملهمة، وصوت الحكمة الهامس في محراب النفس كلها لها تأثير عميق على نفس الانسان بكيفية لا يمكن تصورها.

الحياة أشبه ما تكون برحلة قصيرة [في غابة]. ما أن يتم إعداد الغداء ووضعه على المائدة حتى يقتحمها وحشٌ فيُكره الآخرين على مغادرة المكان. معظم الناس يحيون على هذا

المنوال. فهم يعملون جاهدين لجمع بعض المال وتحصيل بعض السعادة والأمان فيداهمهم وحش المرض والكوارث الأخرى، فتتوقف قلوبهم ويُكرهون على المغادرة القسرية. لا يتحتم على الناس العيش على هذه الشاكلة والسماح للأعمال التي لا تنتهي بأن تسلبهم وقتهم وتستعبدهم. سنين عديدة انقضت على هذا النحو... من يصمم على عدم السماح للمصاعب بإعاقته سيُمنح المقدرة على التغلب عليها.

* * *

كقاعدة أساسية لا تُستعمل كلمة "الغذاء" إلا فيما يتعلق بالغذاء المادي، ولكن هناك أنواعاً اخرى من الغذاء هي النشاط الفكري والتركيز الذهني والحكمة الروحية. النوع الاول (الطعام) يغذي الجسم، والنوع الثاني (التركيز الذهني) يغذي العقل، أما النوع الثالث (الحكمة الروحية) فهو غذاء الروح.

* * *

هل حاولت الإمساك بذلك "الشيء الآخر" الدائم الشرود والتواري كسراب الصحاري، والذي تبقى تحس به بالرغم من تحقيق كل رغباتك؟ الإنسان يتشوق لشيء ما إلى أن يحصل عليه، ولكن ما أن يصبح في متناوله حتى يملّه عاجلاً أم آجلاً ويرغب بشيء آخر. وحتى لو منحت الحياة الإنسان كل ما يشتهيه قلبه من ثراء وقوة وأصدقاء، سيشعر بعد حين بعدم الرضاء ويشرع بالبحث عن أكثر من ذلك. لكن شيئاً واحداً لا يمله الإنسان أبداً ومتى عثر عليه لن يشتهي سواه ولن يستبدله بشيء آخر، وذلك الشيء هو فرح الروح النقي الكامن في أعمق أعماق النفس.

* * *

لقد تضعضعت وتزعزعت أحوال العالم عبر التاريخ. ففي الحرب يصبح العالم مكان عذاب وآلام لملايين البشر. السعادة الحقيقية الدائمة تكمن في ملامسة الحضور الإلهي، ولا سعادة ولا مكسب أعظم من إحراز تلك السعادة.

* * *

لماذا يقوم الناس بأفعال تعطي قليلاً من المتعة وكثيراً من المتاعب؟

الجواب هو "العادة" التي هي العامل الحاسم في مصير البشر. كثيرون من الناس يستمرون في ممارسات ضارة بالرغم من معرفتهم الأكيدة للآلام والأضرار الناجمة عنها، وذلك بفعل التأثير الحديدي للعادة. الجَمل يأكل العوسج الشائك مع أنه يدمي فمه. ومحب الملذات يستغرق في متعه بالرغم من إلحاقها الضرر بصحته. ومدمن الكحول يشرب حتى الموت لجهله بالفرح الروحي الكامن في داخله والذي لا يمكن مقارنته بمتعة أخرى، والجشِع في تحصيل المال يدمر سعادته بالركض اللاهث وراء المادة، غير عالم أنه لو تأمل لفترة ما لحصل على سعادة يعجز الذهب عن شرائها.

* * *

في نورك القدسي سأظل مستيقظاً للأبد، متنعماً بمرأى وجهك المبارك على الدوام.

لقد بحثت عن الحب من خلال العواطف العابرة، وبعد تجوالي في صحاري الحب البشري المحدود عثرت في نهاية المطاف على واحة الحب الالهي.

منثورات روحية

للمعلم الحكيم برمهنسا يوغانندا

الله هو خزان الحكمة الإلهية الذي لا حد لاتساعه ولا نضوب لمحتواه، والنفوس البشرية هي قنوات من خلالها تنساب تلك الحكمة.

هناك قنوات واسعة وسالكة وقنوات ضيقة وصدئة. وكلما كانت القناة أكبر كلما كان انسكاب الفيض الرباني أكثر وأغزر.

* * *

في الألم دروس مفيدة للأذكياء والراغبين في التعلم، لكن الألم يتحول إلى عاتٍ مستبد للمتذمرين المستائين.

الألم يمكن أن يعلمنا كل شيء تقريباً. فدروسه تستحثنا لتنمية التمييز وضبط النفس وعدم التعلق والأخلاق والوعي الفائق.

على سبيل المثال، يخبرنا وجع المعدة كي لا نفرط في الأكل وأن نراعي الدقة في ما نتاوله.

والألم الذي يسببه فقدان الممتلكات أو الأحبة يذكرنا بالطبيعة المؤقتة لكل الأشياء في دنيا الأوهام هذه.

وتبعات التصرفات الخاطئة تحفزنا كي نميز بين الخطأ والصواب.

ولكن لماذا لا يتعلم الناس من الحكمة؟ عندها لن يعرّضوا أنفسهم لتأديب مؤلم وغير ضروري من الطاغية الألم!

* * *

أيا محبوبي الإلهي
إنك لموجودٌ في كل ركن من أركان الكون.
تحتجب في قلب الزهور والورود..
ترنو إليّ من نافذة القمر
ومن خلف ستارة الطبيعة
وحجب الأوهام ترقبني
ولا تغفل عني رمشة عين.

* * *

يظن الناس أن الزهد هو حرمان النفس، لكن هذا غير صحيح نسبياً. لقد تخليت عن رغبات صغيرة من أجل أعظم كنز في الوجود.

* * *

في بحثه الدائم عن السعادة – من خلال الطرق الذميمة أو السليمة – فإن الإنسان في الواقع يبحث عن الفرح الروحي.

هناك نوعان من الفرح: فرح مزيف وفرح أصيل.

الفرح المزيف يعقبه الحزن والألم في حين أن نهاية الفرح الأصيل هي دوماً سعيدة حتى ولو كانت بداياته محزنة أو غير مشجعة.

الله هو الفرح الدائم الباقي، وعندما يعثر المريد عليه سيعثر على ذلك الشيء الآخر الذي بحث ويبحث عنه دون توقف، حتى بعد تحقيق تلك الرغبات التي ظن أنها ستجلب له السعادة.

في هذا الفرح دائم التجدد سيعثر المريد على كل سعادة طلبها في كل الأشياء الأخرى.

* * *

الغد يحدده اليوم الحاضر، لذلك سأحلل حياتي وأعرف ماهيتها ثم أبتكر وسائل لجعلها ما ينبغي لها أن تكونه.
اليوم سأنمّي روح المبادرة فصاحب المبادرة هو كالشهاب الثاقب يبتكر شيئاً من لا شيء
ويجعل المستحيل يبدو ممكناً من خلال قوة الروح الخلاقة العظمى.
* * *
قوة الله موجودة في كل ذرة من كياني وفي كل خلية حية وكل عصب وفي الدماغ والأنسجة
فأنا بخير لأن تلك القوة المباركة تتخلل كل أجزاء جسمي.
* * *
من يقدر على الإحتفاظ بسلامه وإنجاز واجباته بهدوء يكون قد ربط ذاته بالروح الكوني الذي يملأ سلامه الوجود.
مهما كانت أحداث الحياة قاسية ، ومهما بدت التجارب صعبة يجب أن تعكس الحالة النفسية الهدوء ويحتفظ العقل باتزانه.
لا الإخفاق المريع يجب أن يهز جذور النفس ولا النجاح الرائع أن يستخفها طرباً.
من يظهر الهدوء والإتزان – فعلاً لا تصنعاً – فقد بلغ شواطئ السكينة الحقيقة والطمأنينة التي لا تقوى على تعكيرها المؤثرات الخارجية.
من يرغب في التغيير نحو الأفضل عليه أن ينمي إرادة قوية، صامتة، هادئة وألا يتخلى عن المقررات الجيدة.
رائع التفكير بالله أثناء النشاط وجعل هذه الممارسة جزءاً من الحياة اليومية.
* * *
بعض الراغبين يسيرون على الدرب لمسافة قصيرة ثم يفقدون حماسهم ويغيرون اتجاههم وينسون مقرراتهم.
آخرون يعملون أفضل ما بوسعهم لمواصلة المشوار بالرغم من جنوحهم بين الحين والآخر نحو عادات قديمة، لكنهم مع ذلك يواصلون السير وبذل المجهود فتتروحن ميولهم ويصبحون أقوياء ومفعمين بالصحة والحيوية مع مرور الأيام.

* * *

التفكير الإيجابي يقود إلى رؤية القوة الإلهية غير المنظورة والتي بمقدورها توسيع المنافذ الفكرية الصغيرة والمدركات الحسية المحدودة ومعاينة ومضات من الخير الأعظم.. وفتح نافذة عظمى لا حد لاتساعها يمكن من خلالها رؤية الحضور الإلهي الحالّ بكامل روعته وفيضه الرباني في كل مكان.

الهدوء هو ما يحتاجه العالم بأسره، لا سيما السائرون على طريق التأمل والراغبون في بلوغ آفاق روحية سامية.

الجهود الروحية التي تـُبذل بهدوء وسكينة عادة ما تكون فعّالة ومثمرة، لأنه عندما تتوقف الحركات الجسدية تنشط الأفكار وتتيقظ الطاقات الروحية الهاجعة.

* * *

يجب أن لا نشعر بالإحباط والتثبيط بسبب أخطائنا، بل يجب أن ننظر دوماً إلى الجانب المشرق من تجاربنا، وأن نتعلم من أخطائنا. ومهما حدث، يجب أن نتوجه إلى الله طلباً للعون والهداية.

* * *

تلميذ جديد ظن أن بمقدوره استيعاب التعاليم الروحية عن طريق الدراسة النظرية وحسب، وعلاوة على ذلك كان أيضاً متحمساً لتعليم الآخرين، فقال له المعلم برمهنسا:

" الإدراك الروحي ليس تطعيماً خارجياً (كالنبات) بل نمو وتطور من الداخل."

* * *

الرسالة التالية وجهها المعلم برمهنسا يوغانندا إلى تلاميذه في كانون ثاني/يناير 1944 أثناء تدوينه لكتابه مذكرات يوغي: السيرة الذاتية أو (فلسفة الهند في سيرة يوجي Autobiography of a Yogi) الذي ترجم إلى 35 لغة ولا زالت طبعاته تتوالى والإقبال عليه متزايداً منذ صدوره قبل حوالي 70 عاماً.

أعزائي:

تتكون حرية الاختيار في الغالب من كل أنواع الأماني والرغبات والتصميم والإرادة. لكن يجب التمييز بين حرية الإختيار الفعلية ومظاهرها الأدنى مرتبة.

إن مجهودنا وقوانا وكل أعمالنا المادية والمعنوية والروحية تبدأ وتعمل على نحو متواصل بقوة الإرادة.

وتتألف قوة الإرادة من حلقات متصلة من التصميم الدائم الذي لا يعرف التثبيط ونشاطات تتمحور حول رغبة ما، إلى أن تبلغ درجة كافية من القوة لتحقيق النتيجة المرجوة.

لقد تعلمت درساً كبيراً من الكتاب الذي أنا في صدد تأليفه، إذ كنت أكتب دون مراجعة ما أكتبه، لكن تحتم عليّ مراجعة كل فقرة من سيرتي الذاتية... واستمتعت بالرجوع إلى تلك الإختبارات الرائعة أثناء تصفحي للكتاب ثانية.

لقد قمت بمغامرات كثيرة في هذه الحياة.. إذ حاضرت وأشدت المباني ورسمت، وكان سر نجاحي دوماً قوة الإرادة.

كل ما حاولت القيام به بقوة الإرادة قد تحقق، وأبشركم بأنكم إذا ما عقدتم العزم على القيام بعمل ما فسيتحقق.. بعونه تعالى.

يجب أن نشارك الآخرين في السرور الإلهي. لا يوجد ما هو أروع من الحديث القلبي عن الله.

إن تمكنتَ من إقناع شخص ما أن طريق الخطيئة يقود إلى وادي الموت وأن طريق التأمل والتوافق مع النواميس الإلهية يفضي إلى الحياة الأبدية تكون قد أثريت حياته أكثر مما لو أعطيته مليون دولار.

المال يفنى لكن معرفة الله تظل معنا وترافقنا إلى العالم الآخر. لذلك فإنني أحس بسرور عظيم كلما رأيت واحداً يجتهد ويعمل ما بوسعه للتعرف على الله.

ومع أنني أخطط وأقوم بأشياء كثيرة في العالم، لكنني أفعل ذلك مرضاة لله. وحتى في خضم العمل وزحمة المتطلبات أهمس قائلاً "أين أنت يا رب؟" فيتغير العالم بأسره وأرى نوراً عظيماً.

إنني فقاعة صغيرة من ذلك المحيط النوراني، ويا له من فرح عظيم!

* * *

يجب أن لا نبقي أفكارنا محصورة بالأمور الحزينة والمريعة في هذه الحياة، فالحكمة تقتضينا التوجه بأفكارنا ومشاعرنا إلى القوة الإلهية الخالدة التي لا تتغير ولا تتبدل.

لا تعتبر نفسك ضعيفاً واهناً، فدماغك يختزن كميات هائلة من الطاقة تكفي لتشغيل مدينة كبرى ليومين كاملين، وتقول مع ذلك أنك مرهق؟!

عندما تبذل مجهوداً لتحقيق النجاح، استفد من كل الفرص المتاحة دون مزاحمة الآخرين.

ذات مرة كنت أسير في أحد الشوارع في مدينة بوسطن وكان جانب الشارع المخصص للمشاة الذي كنت أسير فيه مكتظاً بالمارة وكلهم تقريباً كانوا أمامي، بحيث كان من الصعب تجاوز أحد، ومع ذلك فقد قررت بيني وبين نفسي بأنني سأكون في مقدمة الحشد دون أن أدفع أحداً.

رحت أتحين الفرص وأبحث هنا وهناك عن ثغرات بين المشاة استخدمتها حتى حققت ما أريد وأصبحت الأول بين الحشود دون أن أزاحم أي شخص.

بعدها قلت: "لا بأس، بإمكانهم الآن أن يتقدموني بعد أن حققت ما نويته".

* * *

الله هو ينبوع الصحة والرخاء والحكمة والفرح الأبدي.

عندما نتواصل معه تصبح حياتنا مكتملة، وبدونه تبقى الحياة ناقصة.

فلنمنح اهتمامنا لتلك القوة الإلهية القادرة على كل شيء والتي تمنحنا الحياة والمقدرة والحكمة.

ولنبتهل كي تنساب تلك الحقيقة العظمى إلى حياتنا..

وكي تسري تلك القوة الخالدة في أجسامنا..

وكي يأتي ذلك الفرح غير المنقطع إلى قلوبنا.

* * *

خلف ظلمة العيون المغمضة تكمن قوى الكون العجيبة وكل الأرواح الطيبة المباركة والوجود السرمدي الذي لا حد له ولا انتهاء.

بالتأمل ندرك الحق المطلق ونعاين أعماله الخفية في حياتنا وفي كل روائع الخليقة.

إن وجدَ المريد أنه لا يحرز تقدماً مثلما يرغب فعليه أن يقف مع ذاته ويفحص أفكاره ويعرف ماهية العوائق التي تقف حاجزاً في طريقه.

غالباً ما يكون السبب عدم بذل المجهود الأكيد وتشتت الذهن. وفي كثير من الأحيان تكون الموانع ناجمة عن عادات متأصلة ويتعين اقتلاعها من حديقة الحياة كي تتمكن جذور السعادة من النمو والتمدد في تربة النفس.

لا تستعجل القيام بأشياء كبيرة رغبة منك في تنمية إرادتك.

لكي تنجح يجب أن تجرّب إرادتك أولاً في بعض الأشياء الصغيرة التي كنت تظن أنك لا تستطيع القيام بها. إن بذلت المجهود سيكون النجاح من نصيبك.

لا زلت أذكر كل الأهداف التي قال لي أصدقائي وغيرهم أنني لن أتمكن من تحقيقها أبداً، ومع ذلك فقد حققتها.

هؤلاء الأشخاص أصحاب "النوايا الحسنة" يمكن أن تسبب آراؤهم أضراراً كبيرة؛ وقـّانا الله منهم ومن مشورتهم.

الصحبة لها أكبر الأثر على الإرادة. الذهاب إلى الحفلات الصاخبة ... بدلاً من التأمل في محراب السكون يلوث الفكر بغبار الاهتزازات الدنيوية الكثيفة بحيث يصعب التخلص منها.

إرادة المرء تتقوى حتماً أو تضعف بتأثير أصحابه.

إن تنمية الإرادة بالمجهود الذاتي وحسب هو أمر صعب للغاية. إنك تحتاج إلى مثال حسن تتشبه به. إن أردت أن تصبح رسّاما فعش وسط الرسوم الجيدة وعاشر الرسامين. وإن شئت أن تصبح إنساناً روحياً فصاحب الروحيين ذوي الطبائع السامية.

* * *

الإنسان المتفوق الذي عرف كيف يمدد وعيه ويحوّله إلى المطلق اللانهائي يمكنه إدراك الخليقة كحلم كوني مثلما يمكنه القول بمعرفة أكيدة أن لا وجود للمادة.

فمن خلال مراحل طويلة من التهذيب النفسي وباتباع طريق التأمل أو طرق أخرى للإدراك الروحي مثل المحبة أو

الخدمة أو الإيثار والإبتعاد عن الأنانية، يذيب الباحث الجاد عن الله الثنائيات ويدرك وحدة الوجود السرمدية.

* * *

المحبة ليست مجرد عاطفة.. إنها جوهر حقيقي للغاية. وعندما يتم توجيهها بكيفية واعية تجد طريقها – دون خطأ – إلى هدفها.

كما أن المحبة قوة كبرى. قد يحاول الراغب طرقاً عديدة للعثور على الله، لكنه لن يعثر عليه ما لم يبثه حنينه الأكبر وشوقه الأعظم.

* * *

الإنسان يصبح ما يـُقنِع به عقله. إن كانت إرادتك قوية فستكتب لك الغلبة في معركة الحياة.

كلما حصر العقل اهتمامه بالأمور الفانية كلما وهنت قواه وكلما أكد طبيعة النفس الروحية كلما تروحنَ وتجددت قواه.

* * *

العالم سيواصل صعوده وهبوطه وتقلباته فإلى أين سنتوجه طلباً للتوجيه والإرشاد؟ ليس إلى مفاهيمنا المتحيزة والمتحاملة بل إلى صوت الحق والهداية في أعماقنا.

* * *

إن المادة والعقل، والكون بنجومه وكواكبه، والأمواج السطحية الكثيفة، والتيارات التحتية الشفافة اللطيفة للخليقة المادية، والقوى البشرية للشعور والإرادة والوعي، والحياة والموت، والنهار والليل، والصحة والمرض والنجاح والفشل، هي حقائق طبقاً لقانون النسبية الذي يحكم هذا الحلم الكوني.

إن كل الثنائيات التي يتم إدراكها بواسطة قانون النسبية هي حقيقية بالنسبة للحالم البشري الذي يلعب دوره الصغير في الحلم الكوني العظيم.

ولكي يفلت الإنسان من قبضة الأوهام – قانون النسبية – عليه أن يصحو من الحلم إلى اليقظة الأبدية.

لا يمكن أن نغيّر الحلم بالخيال أو بنكران وجوده، أو بتقبل "الحياة" لكن برفض "الموت"، أو بالاعتراف بالصحة ولكن بتجاهل المرض.

إن كل حالة هي جزء لا يتجزأ من نقيضتها تماماً كجانبي النسيج الواحد.

الثنائيات هي وجهان لعملة واحدة، والباحث عن الحقيقة لا يحاول فصلها في عقله، بل الترفع عنها بالحكمة والمعرفة اليقينية.

* * *

إن حب الله يرفعنا ويوسع مداركنا. لا يمكنني أن أفكر بنفسي محصوراً في هذا الجسد حصراً، إذ أشعر بأنني موجود في كل الأجسام.

ومثلما أحس بوعيي الخاص في كل جزء من جسمي هكذا أشعر أنكم كلكم جزء مني، وأشعر بأن كل الكائنات الحية داخل جسمي الكوني، وأختبر إحساسات الجميع.

هذا ليس تصوراً أو خيالاً بل معرفة ذاتية. وهذا الوعي هو أكثر من تخاطر أفكار؛ إنه دراية واعية بأحاسيس الجميع، وتلك الحالة تدعى الوعي الكوني.

عندما يبزغ ذلك الوعي في داخلكم يتلاشى وعي "الأنا" وتشعرون أن كل الموجودات تتخللها حياة إلهية واحدة.

* * *

هذه الدنيا غريبة، إذ كل شيء فيها خاضع للتغيّر والتبدّل، ولهذا يجب ألا يرسي الإنسان قارب سعادته على شواطئ هذه الدنيا.

سواء كنت تعاني في هذه الحياة أو تتنعم بالرخاء والقوة، يجب أن يبقى وعيك عديم التغير. إن استطعت تحقيق التوازن العقلي فلن يقوى شيء على إيذائك.

إن حياة جميع العظماء تظهر بأنهم بلغوا تلك الحالة المباركة. من يعقد الأمل على تحقيق سعادة دنيوية فهناك مشاكل كثيرة في انتظاره، لأن الكوابيس تأتي أيضاً مع الأحلام الجميلة.

إن اعتبرتَ الحلم حلماً ليس أكثر، سواء كان ممتعاً أو مرعباً ستشعر بالسلام، وعندما تدرك أن هذه الحياة هي أيضاً حلم ستتحرر من كوابيسها.

* * *

يجب أن يبتهج الإنسان لأن بمقدوره الترفع عن ترهات الحياة وسلبياتها، ولأنه يستطيع – بالأفكار الإيجابية - خلق الظروف المناسبة التي تستقطب له عناصر النجاح.

المزاج الحاد والمتقلب هو كالسرطان الذي ينهش سلام النفس نهشاً، والذين يعانون من المزاج النكد لا يتمكنون من التخلص من مشاكلهم.

لكن بالإمكان التغلب على الطباع السيئة والمشاكل بالتفكير الهادئ الرزين. عندما يظهر صاحب الطباع المؤذية طباعه فإنه يعترف بالفشل.

* * *

يا رب.. لقد قارنت الإغراءات الدنيوية بحبك الإلهي فوجدت حبك أقوى من كل إغراء وإغواء.

* * *

مثلما يزيد الزيتُ النارَ اشتعالاً، هكذا يغذي الغضبُ الغضبَ ويزيده احتداماً، وتشجع المعاملةُ الفظة الآخرين على مواصلة سلوكهم الخشن وتزيدهم عناداً وتصلباً.

الشخص الهادئ الطباع يقهر الغضب بالسكينة، ويهدّئ عاصفة الخصام باعتصامه بالصمت، ويبدد التنافر والخلاف بالكلام العذب الرقيق ومراعاة مشاعر الآخرين.

* * *

قال المعلم برمهنسا عن الحقيقة:

"إنها موجودة حتى وإن لم يؤمن بها أحد، في حين تحتاج النظريات إلى دعم بالأفكار والكلام."

* * *

الحب يجب أن يكون سيد العالم.

* * *

إليكَ آتي بأناشيد فرحي..
ولكَ جلبتُ كنوزاً من خزانة روحي..
وفي قفير قلبي أستجمع لك رحيق الشوق الإلهي.
لقد ظمئتُ ظمئاً شديداً في صحراء الآمال الزائفة
أما الآن فقد روّت رغائبي غليلها للأبد
إذ هي تستقي من ينابيعك الثرة.

نفحات من عطرك المقدس تنساب نحوي
وشمعة سعادتي تتألق بنور غبطتك.
لقد كدت أحتضر وسط سراب الواحات الأرضية
والآن تغمرني أمواج روحك العارمة.
ألا ليتني أغرق في محيطك الإلهي وأحيا للأبد.

* * *

الآفاق العقلية المشمسة تحتوي على الأشعة فوق البنفسجية التي تقضي على كل البكتيريا النفسية. فلا تحجبوا تلك الأشعة بفاصل زجاجي من النظرات الضيقة والمحدودة.

* * *

لا ينبغي أن توجد انقسامات في بيت الله.

* * *

إن محبتنا للآخرين مستطاعة بفضل حصولنا من يدك الكريمة على قوة الإحساس بالحب يا رب.

ألهمنا إذاً كي نقدّم لك حبنا الفائق وشوقنا المتقد!

لقد وهبتنا أباءً وأمهات، إخوةً وأخوات، أبناءَ وبنات أعمام وأخوال، شريكَ أو شريكة حياة،

أطفالاً وأصدقاء، علنا نتعلم كيف نحبك بتعبيرات مختلفة وفروق طبيعية دقيقة لكل أنواع العلاقات البشرية.

أيها الودود الأزلي، أيها القريب الأسمى! علمني كي أضفر باقة من كل زهور المحبة البشرية وأضعها تقدمة في هيكلك المبارك.

أما إذا لم أستطع، بسبب كثرة الولاءات، تقديم الباقة بكاملها إليك، فسأقطف زهرة واحدة، من أفخر وأنضر الزهور وأضعها على قدميك، عسى أن تتقبلها مني!

* * *

المظهر الجسدي، لا سيما العينان، يُظهر على وجه التقريب كيف كان الإنسان من قبل. فالكائن الداخلي يؤثر تأثيراً قوياً على الشكل الخارجي.

عينا الإنسان هما أهم سماته الجسدية، ويجب أن يعمل على جعل عينيه جميلتين. وكيف ذلك؟

عيوننا تظهر بجلاء طبيعتنا الداخلية، وهناك طريقة واحدة لتجميل مظهر وتعابير العينيين وهي بتنمية الأفكار والمشاعر الداخلية الجميلة.

بعض العيون قاسية للغاية، وبعضها يعكس اللؤم أو الأنانية.

ومهما بدت كلمات الشخص حلوة وتصرفاته رائعة يمكن أن تعرف بالضبط ماهيته الحقة من خلال تعابير العينين، إذ لا يمكنه أن يختبئ خلف تينك النافذتين المفتوحتين.

لذلك يجب على الإنسان أن يفكر أفكاراً جميلة وخلاقة. ولأنه مخلوق على صورة الله فلا حق له بتشويه حياته الباطنية.

يجب تنمية عيون جميلة تعكس السلام والهدوء والمحبة الصادقة من خلال تنمية الهدوء والمحبة والسلام.

وفقط من خلال هذه الطريقة يمكن تنمية مغناطيسية روحية أقوى من كل قيود ومحدوديات المظهر الجسدي.

* * *

عندما نتخذ قراراً ثابتاً، بعد دراسة تمحيصية لمسألةٍ ما وتحديد الإيجابيات والسلبيات المتعلقة بتلك المسألة، وعندما نفعّل إرادتنا، يمكننا أن نحدث تغييرات عديدة في حياتنا قد تبدو عصية على التغيير.

حرية الإرادة موجودة ، ولو لم تكن كذلك لما تمكن أحد من الإفلات من مؤثرات البيئة الداخلية والخارجية، ولأصبح النمو مقيداً، ولضاق نطاق الأنشطة الخلاقة، ولتعذر تطور الإنسان وارتقاؤه إلى ما فوق المستوى البدائي.

إن مفهوم النظم الإجتماعية الجديدة والأفكار التقدمية ذات الصلة بالعمل المؤسساتي المستقل، والأساليب المستخدمة في الإكتشافات العلمية المتطورة، ومجالات البحوث والدراسات المتنوعة، والأنشطة الأدبية الإبداعية، كلها تؤكد قدرة الإنسان على تمرين حرية الإختيار في كل مجال .. بعونه تعالى وبقوة الإرادة.

* * *

الكلام المنضبط والتحرر من الغضب والحقد يجعلان الشخص مالكاً لزمام نفسه ومعززاً مكرّماً في بيته. التعامل

بحكمة وتعقل في العواصف العائلية أو تهدئة ثائرة الآخرين بالكلام الطيب
هي علامة من علامات النصر بل والبطولة أيضاً حتى باعتراف المناوئين أنفسهم.
* * *
الفهم هو أثمن كنوز الحياة. إنه رؤية باطنية، وهو إدراكٌ حدسي يمكننا بواسطته معرفة حقيقة أنفسنا والآخرين وكيفية التعامل مع كل الظروف التي تعترض سبيلنا، مثلما يساعدنا على تعديل مواقفنا وأفعالنا حسب الإقتضاء.
في هذا العالم، غالباً ما يكون فهمنا قاصراً، وعندما تكون رؤيتنا العقلية ضبابية يصبح من المستحيل استشراف الأمور ومعرفة ما يترتب عليها من تبعات.
وإذ نعجز عن استبصار النتائج المحتملة لأعمالنا، فغالباً ما نتخذ قرارات غير صائبة.
ولكي نعيش بسلام في هذا العالم يجب أن نكون على دراية تامة بيئتنا ومحيطنا، وأن نعرف في أي اتجاه نحن سائرون.
يجب أن نمتلك ذلك الإحساس الباطني الذي يخبرنا كيف ستكون حياتنا المستقبلية بناء على تصرفاتنا الحالية.
* * *
يجب حرث العقل بمحراث الإدراك الصحيح لأن أرضه جافة وقاسية وترطيب تربته بالتفاؤل والإنفتاح وزرع بذور الإيمان فيها وريّ البذور بمياه الإرادة الطيبة المتناغمة مع الإرادة الإلهية.
* * *
سأل أحد المريدين المعلم برمهنسا عن دعاء يجلب المحبوب الإلهي إليه بسرعة فائقة، فقال المعلم:
"الله يريد فقط جواهر الدعاء المخبوءة في أعماق منجم قلبك."
* * *
من الذي منحنا القدرة كي نحب؟ الله.
إذاً من يستحق حبنا أكثر من أي شيء آخر؟ الله.
لا يوجد حب حقيقي بدون الله لأن الله هو الحب.
* * *

يجب أن لا ننسى أن الله هو معيلنا وأن الرخاء الحقيقي لا يقاس بما نمتلكه بل بما نستطيع تحقيقه بالإرادة.

السعادة تقتضي بذل المجهود لاختزال الرغبات وتنمية المقدرة على تحقيق الاحتياجات الضرورية، والتفاؤل بأن الأوضاع ستتحسن بعون الله رغماً عن كل العوائق والعقبات، مهما بدت عصية كأداء.

* * *

صوت الحكمة يتحدث إلى كل القلوب الطيبة والمتناغمة مع الذبذبات الروحية العالية، ويجوب الأثير بحثاً عن الأفكار التوافقية التي تنشد السلام والمحبة والمعارف السامية.

* * *

قلوبنا هي الحبات، والحب هو خيط المسبحة الإلهية الذي ينتظم قلوبنا.

* * *

لا تدع ممتلكاتك تمتلكك.

* * *

لا زلت أذكر التلاميذ العديدين الذين أتوا إلى معلمي ثم غادروه فيما بعد لأنهم لم يمتلكوا الفهم الصحيح.

وقد قلت لنفسي: " كثيرون قد يأتون وكثيرون قد يغادرون لكنني سأبقى ثابتاً حتى النهاية."

كان معلمي مؤدباً صارماً، وكثيرون لم يتحملوا وهج حكمته الساطعة فغادروا المنسك، لكنني قلت له ذات يوم:

"هناك شخص لن يتركك أبداً، وذلك الشخص هو أنا."

ويسعدني أنني احتفظت بوعدي لأن توجيهه الروحي فتح بصيرتي وأنار عقلي بنور الله.

* * *

تذكـّر إن رضى الله هو أعظم شيء على الإطلاق. إن كان العالم كله راضياً عنك ولم تحظ برضى الله تكون كالقابض على الريح والنافخ في رماد. ولكن إن غضب العالم كله منك أو عليك ومع ذلك امتلكت رضى الله تكون سيد الموقف والمالك السعيد لكل شيء.

* * *

إن حياتنا تعتمد اعتماداً مطلقاً على الله، وإن توجهنا إليه ووثقنا بعونه سيرينا الطريق ويرشدنا إلى الطريقة الصحيحة للتعامل مع مشاكلنا والتخلص من مصاعبنا.

* * *

النحّات الإلهي
لتكن كل نبضة من نبضات قلبي
كلمة جديدة في قصيدة حبي الخالد لك.
ولينقل كل صوت تتلفظ به شفتاي
اهتزازاتٍ مباركة من صوتك المقدّس.
ليتشـبع كل خاطر من خواطري بغبطة وجودك.
ولتـُشحن إرادتي بحيويتك الإلهية.
زيّن بنعمتك كلَّ أفكاري وتعبيراتي وطموحاتي.
أيها النحّات الإلهي الأقدس
صُغ حياتي بالكيفية التي تراها
طبقاً لتصميمك الفريد .

* * *

يستجيب الله لنا عندما نبذل المجهود، وسندرك عندئذ بأنه حقاً موجود.. يسمع دعاءنا ويحقق أمانينا. الذين يواظبون على التفكير به والتأمل عليه سيشعرون بحضوره الأقدس ويبصرون نوره المبارك.

من يمتلك الرغبة الصادقة والتصميم الأكيد لا بد أن يصل إلى هدفه بغض النظر عن أخطاء الماضي، لكن الإستمرار في تلك الأخطاء هو خطيئة كبرى ضد النفس، لأن من يفعل الخطأ يحرم نفسه من السعادة الحقيقية.

الإنسان يمتلك القوة لأن يضر نفسه أو ينفعها، والخيار خياره في إبعاد نمل الجهل عنه كي لا يقرصه ويسبب له المضايقة.

إن لم يرغب الإنسان في أن يصبح سعيداً لا يمكن لأحد أن يسعده، ويجب أن لا يلوم الله على تعاسته.

لو لم يمنحنا الله الحرية لاستخدام إرادتنا لكان مسؤولاً عن شقائنا، لكنه وهبنا تلك الحرية، ونحن الذين نصوغ حياتنا على النحو الذي نختاره.

* * *

المعنى العميق للسكون:

عندما تطارد المريدَ وحوش المخاوف والمرض والمنغصات الأخرى فإنه يلتمس محراب السكون في داخله.

الشخص المتيقظ روحياً يحيا ليل نهار في حصن السكون الذي يستعصي على الهموم والغموم ولا تقوى أهوال العالم على اقتحامه.

الذين يدخلون محراب السكون يمكنهم التواصل مع أرواح أخرى مُحبة لله، مثلما يمكنهم فهم لغة الورود وكل الكائنات الحية.

كلما تعمّق سكون المريد كلما ازدادت سعادته.

إن الفرح الكامن خلف نوافذ الفكر، والذي يحتاج إلى التنقيب والكشف عنه في أعماق السكون، هو فرح عظيم يعصى على الوصف.

* * *

إنني أنظر إلى الحضارة كبستان به أبصر كل أنواع المزايا البشرية النابتة والمزهرة.

وكالنحلة، يقصد عقلي زهور المزايا الطيبة.

النحلة تقصد فقط الزهور التي يمكن أن تجني منها أفضل أنواع العسل.

وبالمثل، يجب أن نتشبه بالنحلة التي لا ترتشف سوى الرحيق الشهي. وهذا معناه يجب أن نحاول امتصاص الخصائص الطيبة والصفات الحسنة التي نعاينها في الآخرين.

الله هو العسل المبارك الذي ينساب إلى النفوس المتقبلة ويملؤها طيبة وعذوبة.

* * *

من يرغب في توسيع مداركه عليه أن يترفع عن وعي الطائفة واللون والعرق والتعصب الأعمى، وأن يمارس ضبط النفس ويكون طيباً ودوداً، معتدلاً في المأكل والمشرب وباقي المتع الأخرى.

وأن يفعل الأشياء التي يقرها ضميره وتجلب له الراحة النفسية، وأن يتكلم الصدق ولا يسرق ولا يخدع الآخرين ولا

ينغمس بالملذات التي تضر بالصحة وتستنزف الحيوية، وأن يبتعد عن الخوف والغضب والجشع والحسد والهواجس المقلقة.

وأن يدرّب نفسه على تحمّل الحر والبرد وباقي الثنائيات دون انفعال.. وأن يعزز ثقته بالله الملاذ الأعظم من كل المخاوف والشرور.

* * *

لقد كانت علاقة مثالية ورائعة تلك التي قامت بين معلمي وبيني. فالعلاقة بين المرشد الروحي والتلميذ هي محبة في أسمى معانيها.

ذات مرة تركت المنسك محتسباً أنه سيكون بمقدوري البحث عن الله بنجاح أكبر في الهملايا، لكنني لم أكن مصيباً وقد شعرت بذلك فور مغادرتي.

وعندما عدت بعد بضعة أيام عاملني معلمي كما لو أنني لم أغادره أبداً. وبدلاً من أن يزجرني، حيّاني كالعادة وقال بهدوء، "دعنا نرى ما يمكننا أن نعدّه لفطورنا هذا الصباح."

فقلت له: "ولكن ألستَ حانقاً مني يا سيدى بسبب مغادرتي؟"

فأجاب: "بالطبع لا، فأنا لا أتوقع شيئاً من الآخرين، ولذلك لا يمكن لرغباتهم أن تتعارض مع أمنياتي. لن أستغلك لغايات شخصية، ولا شيء يسعدني مثل سعادتك."

ولأول مرة شعرت أن هناك من يحبني محبة حقيقية!"

فلو كنت أقوم بتصريف أعمال والدي وتركت العمل، لكان والدي قد غضب مني كثيراً نتيجة لذلك. على سبيل المثال، عندما رفضت قبول وظيفة مربحة عُرضت عليّ (في شركة كان والدي أحد مدرائها التنفيذيين)، لم يتكلم معي لسبعة أيام.

لقد أحبني والدي محبة أبوية صادقة، لكنها مع ذلك كانت محبة عمياء، إذ ظن أن المال سيسعدني، لكن المال كان سيقضي على سعادتي.

وبعد مضي فترة من الزمن، عندما أسست مدرستي للتعليم المتكامل غيّر والدي رأيه وقال: "إنني سعيد لأنك لم تقبل تلك الوظيفة."

وفي المقابل، كان موقف معلمي مختلفاً تماماً، إذ بالرغم من تركي للمنسك لم تتغير محبته لي، بحيث أنه لم يعاتبني.

* * *

لقد طال مكوثي في سرير الماضي والحاضر والمستقبل لخليقتك يارب، وشعرتُ – أنا طفل الخلود – بالقلق..

جاهدت المرة تلو الأخرى لكن دون جدوى، غير أنني أفلحت أخيرا بقفزة من السرير المحاط بحواجز من النسبية الخادعة، فأخذتني بين يديك وهدهدت لي على أنغام السلام الأبدي.

أنا طفل الأبدية – أبديتك يا رب
أسند رأسي على صدر وجودك الكلي.

* * *

أنا عصفور الجنة: طائر الفردوس الذي صاغته أياديك المباركة.

لقد جمّلتني بالظـُرف والألوان البديعة: بزغب الرقة وريش التفتح الروحي المذهّب.

حلـّقتُ عاليا في أجواء الحياة العابسة المكفهرة بحثا عن جنة الغبطة، فتلطخ ريشي الزاهي ببقع اليأس القاتمة.

تعالَ يا إلهي واغسل طائر فردوسك بأشعة الحكمة ومياه السلام العذبة النقية.

* * *

يوجد نوع من البكتريا التي تولد وتتكاثر وتموت في غضون ساعتين فقط.

هذا النوع يختبر في نصف نهار بل أقل من ذلك ما يحتاجه الإنسان لاختباره في فترة زمنية طويلة قد تمتد إلى ثمانين عاماً.

إن السبعين أو الثمانين عاماً التي نحياها هي مجرد ومضة في الأبدية. ومن وجهة نظر نسبية فإن كل ما يحدث لنا يتم بنفس السرعة التي تحدث للبكتريا المذكورة أعلاه.. ففي كل ومضة من ومضات الأبدية تنقضي أعوام عديدة بحسابات البشر. لذلك الوقت أثمن من إضاعته دون فائدة.

* * *

يجب ألا يفعل الإنسان ما لا يقرّه ضميره، وأن يكون سيد نفسه. ومتى أدرك أنه سيد أفكاره ومشاعره وأفعاله فلن يتمكن شيء من التحكم به أو التأثير عليه.

* * *

مع أن تأثير العقل على الجسد كبير، لكن ليس من الحكمة إهمال الجسد.

يجب أن يتناول الشخص الطعام الصحي المناسب مفضلا إياه على الطعام غير السليم.

إن اقتضت ظروفك العيش مع أناس يجعلونك عصبياً فمن المستحسن أن تغيّر الجو بين الحين والآخر. ولكن أفضل من كل هذا وذاك هو تغيير بيئتك النفسية بحيث لا تنزعج بسبب أفعال الآخرين. غيّر ذاتك وستستطيع عندها العيش بسلام وسعادة في أي مكان.

* * *

العالم ككل يشبه مصحاً نفسانياً.. بعض الناس يعانون من الغيرة والحسد، آخرون من الغضب والكراهية والشهوات. إنهم ضحايا عاداتهم وعواطفهم. لكن يمكنك خلق السلام في بيئتك.

* * *

للمشاعر انعكاسات أكيدة في العقل والجسم. فالحسد والخوف يجعلان الوجه يبدو ممتقعاً في حين يجعله الحب متألقاً.

* * *

عندما تستطيع أن تكون هادئاً ستكون سعيداً على الدوام.

وعندما تعقد العزم على التغيير نحو الأفضل فتذكر أن الصحبة الطيبة والمؤثرات النبيلة هي أمور في غاية الأهمية ولا غنى عنها لتحقيق مرادك.

إن تأثير البيئة – الطيبة أو الرديئة – أقوى من الإرادة، فضع ذلك في الحسبان في تعاملك وتفاعلك مع الآخرين.

تحليل الذات ضروري أيضاً لتحسين الذات.

إن استطعت تحليل ذاتك بجرأة وعدم خوف ستتمكن من الصمود أمام تحليل الآخرين لك ولن تؤثر بك انتقاداتهم.

* * *

قد يقول أحدهم: "لا أهتم باللذة أو السعادة، فأنا أحيا من أجل إنجاز شيء ما.. من أجل تحقيق النجاح على سبيل المثال."

وقد يقول آخر: "أريد أن أفعل الخير في هذا العالم، حتى ولو كنت في خضم الألم والمعاناة."

ولكن لدى النظر إلى أفكار كليهما نجد أن الإثنين يعملان من أجل بلوغ السعادة. فهل يريد الأول نجاحاً يخلو تحصيله من السعادة؟ وهل يريد الآخر الخير للعالم دون أن تصيبه سعادة نتيجة لذلك. قطعاً لا.

قد لا يباليان بالآلام الجسدية والمعاناة النفسية التي يسببها لهما الآخرون أو قد تنجم عن ظروف ملازمة لتحقيق النجاح أو تقديم العون للآخرين، لأن الأول يجد فرحاً كبيراً في النجاح ويتمتع الآخر إلى أقصى حد بمساعدة الآخرين بالرغم من كل الظروف المعاكسة.

وحتى معظم الدوافع غير الأنانية والنزعات الإنسانية الصادقة قد صدرت عن حافز شخصي للإقتراب من السعادة.

لكن تلك السعادة لا نصيب فيها للوصوليين وضيقي الأفق، بل هي سعادة الشهم المعطاء ذي الصدر الرحب والنفس الكريمة والكبيرة.

لذلك لا يسمح الغيريّ للأنانية بأن تملي عليه لأنه يستحيل العثور على تلك السعادة النقية ما لم يكن الشخص واسع الصدر، طيب القلب، بحيث ينشد السعادة ويتمناها للآخرين كما لنفسه.

ذلك مبدأ كوني لا يتغير ولا يتبدل.

* * *

ليس مطلوباً أن تعرف كل البشر معرفة شخصية وأن تحبهم محبة حميمية كي تبدي اهتماماً بهم وتسدي خدمة لهم.

ما تمس الحاجة له هو أن تكون على استعداد دائم لتقديم الخدمة الودية لكل من يعبر طريقك ويكون بحاجة فعلية لتلك الخدمة.

هذا يحتاج إلى مجهود نفسي واستعداد صادق للقيام بذلك دون تذمر.. وبعبارة أخرى يحتاج إلى تضحية.

الشمس تشرق بنفس المقدار على قطة الماس وقطعة الفحم، لكن الماسة طوّرت ونمّت خصائص معينة مكنتها من أن

تستقبل ضوء الشمس وتعكسه بوهج وبريق، في حين تعجز الفحمة عن إظهار نفس النور.

يجب أن نتشبه بالماسة في تعاملنا مع الناس وأن نعكس نور الحب الإلهي ببهاء وصفاء.

* * *

في حديث للمريدين، قال المعلم برمهنسا:

لا يمكنني أن أعبّر لكم بالكلام عن عمق تقديري لكلماتكم التي أعربتم بها عن مشاعركم نحوي.

إنني ممتن جزيل الإمتنان لإخلاصكم ولقوّتكم بالروح وللعبارات النابعة من قلوبكم.

وإنني أعتز بوجودي بينكم، ومن دواعي سروري أن أتذكر دوماً واجبي الكبير نحو إخوتي وأخواتي في هذا العالم.

* * *

الرجل الذي كان يضرب رؤساء العمل

عند الرغبة بترسيخ عادة جديدة والقضاء على عادة سيئة، يجب حصر الذهن، براحة ودون إجهاد، في مركز الإرادة والوعي الروحي في الجبهة ما بين الحاجبين، والتأكيد بعمق على العادة الحسنة المراد ترسيخها. وعند الرغبة في التخلص من عادة سيئة يجب التركيز على تلك النقطة والتأكيد بقوة أن جميع أخاديد الدماغ التي تتمركز فيها العادة السيئة قد مُسحت.

سأروي لكم قصة واقعية عن رجل كان بارعاً في صفع رؤسائه في العمل عندما كان يفقد أعصابه، ونتيجة لذلك كان أيضاً يفقد الوظيفة تلو الأخرى لأنه كان يفقد السيطرة على نفسه بالمرة عندما كانت تنتابه نوبة الغضب، وكان يضرب كل من يعارضه بأي شيء تقع عليه يده.

أتى إليّ طلباً للمساعدة فقلت له: "في المرة القادمة تشعر بالغضب عِد من واحد إلى مئة قبل أن يبدر عنك أي تصرف."

حاول الطريقة لكنه عاد إليّ وقال: "يزداد غضبي عندما أفعل ذلك، ويعميني الحنق أثناء العد نظراً لانتظاري لتلك الفترة الطويلة." وقد بدت حالته ميؤوساً منها.

ثم طلبت منه أن يتأمل ويشعر بأن نور الله يجتاح دماغه ويهدّئ ثائرته ويبرد أعصابه ويلطف مشاعره ويزيل كل آثار الغضب من نفسه وأنه نتيجة لذلك سيتخلص ذات يوم من نوبات الغضب.

لم تمضِ مدة طويلة حتى عاد إليّ ثانية، وفي هذه المرة قال لي: "لقد تحررت من عادة الغضب، وإنني ممتن لذلك."

قررت أن أختبره، فطلبت من بعض الفتيان أن يحاولوا إغاظته واحتجبت في مكان بحيث يمكنني أن أراه ولا يراني. حاول الصبية مراراً وتكراراً أن يستفزوه لكنه حافظ على هدوئه ولم يرد عليهم.

* * *

ليملأ وعد الخلود قلوبنا وعقولنا.

ولتذكّرنا فصول الحياة وأحداثها أن ظل الموت لا يخيف أبناء النور الذين هم على دراية بديمومة النفس وصلتها الوثيقة بخالقها.

ولندرك أن الحياة والموت هما موجتان في بحر الله، وأن النفس التي هي قطرة من المحيط الكوني تستقل هاتين الموجتين دون أن تتغير طبيعتها الجوهرية ودون أن تنفصل عن مصدرها السرمدي.

ولنعمل على ابتعاث طبيعتنا الحقة من سراديب الجهل إلى قمم النور والمعرفة.

عندما نحرر وعينا من قيود الجسد والأفكار السلبية والمؤثرات غير الصحية سنلامس طبيعتنا الروحية وندرك أننا أشعة خالدة من الشمس الإلهية التي لا تغيب.

* * *

من يبلغ حالة الصمادهي أو النشوة الكونية يجد أن المواد الصلبة تتحول إلى سوائل

والسوائل إلى غازات والغازات إلى طاقة والطاقة إلى وعي كوني ويشعر بغبطة عارمة تجل عن الوصف ويختبر حالات منوعة من الوعي.. من فرح متجدد أو حكمة لا متناهية أو سلام فائق أو شعور بالحضور الكلي أو ذوبان للنفس في خضم الروح الكوني.

* * *

انتعاش الأعصاب

في التأمل الهادئ العميق تنساب قوة الحياة من الدماغ إلى كل الأعضاء فتنبثق شرارات النور من الأنسجة وينساب التيار الحيوي عبر العمود الفقري ويتوزع ليغمر كل خلايا الجسم فتتشبع بسيال الطاقة الشافية وتنتعش الأعصاب نتيجة لذلك.

* * *

أنواع المغانط:

من المغناطيس العادي يمكننا أن نعرف أن قوة جذب المغناطيس تتوقف على نوعية المغناطيس نفسه.

فالمغناطيس الصغير يجذب الأشياء الصغيرة.. والمغناطيس القوي يجذب أشياء أكبر.

وهكذا فإن المغناطيس البشري يجذب على قدر قوته الجاذبة.

كما أن هناك أنواعاً متعددة من المغناطيسيات البشرية؛ بعضها يجذب أشياء مادية وبعضها قوى نفسية، والبعض يجذب مزايا روحية.. تلك المزايا التي غالباً ما تكون كامنة أو منسية.

نقّب عن الجواهر الثمينة في مناجم الروح وستكون أنت الرابح. اسعَ وراء الهدف المنشود وتأكد أن المغناطيسية المقدسة ستجذب إليك الله .. مصدر كل قوة وخير، وأعظم مكسب في الحياة.

تأكيد: سأستخدم المغناطيسة الروحية المباركة كي أجذب لنفسي كل الأشياء الطيبة وإشعاعات كل المعارف.

* * *

الله هو حياتي.. وهو حبي .. وهو المعبد الذي يدعو قلبي للتعبد فيه.

الله هو غايتي، إذ لا يمكنني القيام بواجباتي بدون عونه.

لهذا السبب بحثت عنه قلباً وروحاً حتى عثرت عليه.

إذ بدون الحب الإلهي اللاهب والتصميم المطلق من الصعب العثور على المحبوب الكوني.

* * *

سيأتي يوم يغادر فيه الإنسان هذا العالم. البعض سيذكره بالخير ويبكي عليه، وهناك من سيذكرونه بالسوء، لكن سترافقه كل أفكاره السيئة والطيبة.

لذلك من واجب الإنسان أن يراقب أفكاره ويمحّص أفعاله ويصحح أخطاءه ويقوّم نفسه ويعمل أفضل ما لديه.

لا تلقِ بالاً لما يقوله الناس عنك ما دمت تحاول أن تفعل الصواب.

إنني أبذل قصارى جهدي كي لا أستعدي أحداً، وفي قرارة نفسي أعلم جيداً بأنني بذلت ما بوسعي كي أكون طيباً ومخلصاً مع الجميع.

لكنني لا أهتم لرأي الناس بي، سواء مدحاً أو استنكاراً. لأن الله معي وأنا معه، وهذا هو الأهم.

* * *

عندما تنشأ صداقة بين شخصين أو بين مجموعة من الأشخاص على أسس روحية مجردة عن الأغراض والغايات الشخصية، فإن تلك الصداقة النقية تصفي نفس كل واحد من أولئك الأصدقاء.

والقلب الذي يتطهر بالصداقة يصبح باباً مفتوحاً للوحدة والتقارب.

ومن خلال ذلك القلب يصبح بالإمكان استقطاب المزيد من النفوس الطيبة كي تدخل هيكل المحبة الأخوية وتنعم بالطمأنينة والسلام.

* * *

إنني أهتم بشؤون الآخرين أكثر من اهتمامي بأموري الخاصة، لأنني أقوم بكل ما أقوم به إكراماً لله، وأفعل ذلك برغبة وحماس أكثر مما لو كانت تلك الأعمال أعمالي.

إن أتت النتائج معاكسة أو غير مرضية لا أهتم ولا أتكدر لأنني أشعر بأنني أديت واجبي نحو الله الذي هو مقصدي ومن وراء القصد، ولأنني بذلت ما بوسعي وسأكرر المحاولة بفرح وتصميم كبيرين ولكن دون تعلق بالمجهود أو المردود.

لو كنت أعمل من أجل نفسي لا غير لكنت دوماً فريسة للهم والقلق، لكن ما دام هدفي مرضاة الله فالنتائج هي له وليس لي، وهذا هو نهجي في الحياة وفيه أجد راحتي وحريتي.

درجات على سلّم النجاح:

- العمل الدؤوب
- القدرة الإبداعية
- الحكم الصائب
- التوفير وعدم التبذير
- بذل المجهود والمحاولة من جديد بعد الفشل
- الانضباط والتهذيب الذاتي
- تفعيل الطاقات الخلاقة
- مساعدة الآخرين
- وعلاوة على هذا وذاك التأمل على الله منبع كل خير ومصدر كل نجاح وبركة.

* * *

لكَ أنشد أغنيةً ما ترددت من قبل على لسان، وإليك أهدي لحني الأصيل الذي يعزفه قلبي في أعماقه وعلى أوتاره.

لقد ابتكرتُ نشيدي البكر هذا وها أنا أرفعه إليك تقدمة خالصة.

لن أقدّم لك ألحاناً عقلية ناشفة أو أنغاماً منمّقة من تأليف الغير.

ولن أهديك سوى ألحان قلبي البسيطة الساذجة.

لن أضع أمامك ورودا مستنبتة في بيوت زجاجية ومشبعة بالعواطف والإنفعالات، بل أقدم لك زهوراً بريّة نابتة للتو في حقول أشواقي ومروج حياتي.

* * *

من السهل أن يحلل الإنسان الآخرين ويصنفهم وفقاً لخصائص محددة.

لكن من الصعب أن يسلّط النور الكشاف على نفسه بصدق وأمانة. إنما هذا ما ينبغي أن يفعله كي يعرف ما يحتاجه من تحسينات وتغييرات ضرورية.

الهدف من معرفة الخصائص الذاتية هو معرفة الكيفية التي نؤثر بها على الآخرين.

الناس تتولد لديهم انطباعات عن طبيعة الشخص بصورة واعية أو لاشعورية، وتفاعلهم مع الإهتزازات التي تنبثق عنه هي إشارة خفية لمن يهمه الأمر، واللبيب من الإشارة يفهم.

* * *

عوائق النمو النفسي هي:

حب الذات (الأنانية) والغرور والطمع والغضب والحقد والحسد، وغيرها من الصفات المظلمة التي تقود الإنسان أو تدفعه إلى جهل أعمق مما هو عليه.

ما تمس الحاجة إليه هو اتباع الطريق الذي يقود إلى الحرية لأن رغبات الإنسان مسيّرة بعادات تتجدد دوماً ولا تكاد تنتهي أو تقف عند حد.

هذه العادات تأسر النفس وتبقيها رهينة بحيث يتعذر على صاحبها السير على درب التحرر والإنعتاق.

* * *

طريق الحياة هو كالآتي:

على أحد جانبيه يوجد وادي الجهل المظلم وعلى الجانب الآخر يوجد نور الحكمة الساطع.

عندما نعمل بوحي الحكمة نخطو بأمان على طريق التحرر ونحصل على ما نحتاج إليه.

* * *

الكون بأسره من صنع الإرادة الإلهية، وعندما نتوافق مع تلك الإرادة المباركة يأتينا ما نحتاج إليه دون عناء.

* * *

عندما يحاول الناس التعامل مع أجهزة المشاعر البشرية المعقدة، دون تدريب مسبق، فغالباً ما تكون النتيجة مؤلمة.

قلائل هم الذين يدركون أن السعادة تكمن في فهم قانون السلوك البشري.

لهذا السبب غالباً ما يتشاجر بعض الناس مع أصدقائهم وأفراد أسرهم، فهم لا يفهمون الآخرين ولا يرون عيوبهم الشخصية.

من المهم عدم التعاون مع التصرفات الخاطئة لأعزائنا، بل ينبغي المقاومة الصامتة لتلك التصرفات بأفعال روحية بنّاءة.

ومن المهم أيضاً أن لا نلجأ للأساليب الخشنة في التعامل مع سلوك أحبائنا غير السوي.

* * *

خلسة خدعنا الصياد المخاتل.. إننا نعوم في المياه الضحلة لطمأنينة زائفة في حين تطبق علينا شبكة مميتة من الجهل.

وفي الرمي اليومي لشِباك الصيد، كثيرون يعلقون ولا ينجو سوى القليل.

أيتها الرحمة اللامتناهية، نجِنا من الشِباك المهلكة للشهوات والمطامح الجامحة والتعلقات الدنيوية الخانقة!

ألا فلنغص إلى أعماق بحر النفس الهادئة حيث الوصال الإلهي، ولنفلت من قيود الأسر وأغلال العبودية!

* * *

قال المعلم برمهنسا مشجعاً أحد المريدين:

إن تمكنت من خلال صدقك مع الله وإخلاصك وحبك له من إيصال دعائك إليه، فلا يهم إن كانت أغلاطك أعمق من المحيط وأعلى من الهملايا.

سيقوم الله بإزاحة تلك العقبات من طريقك وسيحررك من أعباء الماضي الثقيلة وستتلاشى رغبتك في تكرار الأخطاء السابقة.

قد تجد نفسك أحياناً تحت طبقة كثيفة من الظلام، ولكنك تبقى مع ذلك شرارة من الشعلة الأبدية.

يمكنك إخفاء الشرارة لكن لا يمكنك القضاء عليها.

* * *

إن إسعاد الآخرين من خلال الكلمة الطيبة المدفوعة بحسن النية ومن خلال المشورة الصادقة هو أمر رائع وعلامة من علامات النبل التي تميز النفوس الكبيرة.

أما إلحاق الأذى بنفس أخرى من خلال الكلام القارص الجارح والنظرات التهكمية أو الإقتراحات الكاوية الحامضة فهي من الأساليب المهينة المزعجة التي لا يلجأ إليها ذوو القلوب الطيبة.

السخرية تساعد على إظهار روح العصيان والغضب في الخاطئ في حين تخلق فيه الكلمات الودية الندامة التي تعني تعرّف الشخص على أخطائه وعدم تكرارها ثانية.

* * *

قال أحد التلاميذ: "يا معلم لم أتمكن قط من الإعتقاد بوجود الجنة. فهل ذلك المكان موجود فعلا؟"

فأجاب المعلم برمهنسا:

"نعم. فالذين يحبون الله ويثقون به يذهبون إلى ذلك الفردوس عندما توافيهم المنية. في ذلك العالم الأثيري يمتلك الشخص القدرة على تجسيد أي شيء يريده على الفور، بقوة الفكر.

الجسم الأثيري مركّب من النور المشع. وفي تلك الأقطار الرائعة توجد أصوات وأنوار غير معروفة لسكان الأرض.

* * *

يجب البحث عن السعادة أكثر فأكثر داخل النفس، وأقل فأقل في الأشياء المادية.

كن سعيداً في فكرك بحيث تعجز الأمور الخارجية عن تعكير صفوك وإفقادك توازنك.

السعادة الباطنية هي المطمح الأوحد الذي يستحق عناء البحث في هذه الحياة، والمواظبة والإصرار كفيلان بتحصيلها.

السعادة هي عرش الله في داخل الإنسان.

* * *

كثيرون من الناس يظنون أنهم مستيقظون، لكنهم ليسوا كذلك.

هم في الغالب فاقدون ليقظة الوعي. لا بد أنكم سمعتم بأشخاص يمشون أثناء النوم ويصيحون "حريق! حريق!" أو يتحدثون ويحاضرون.

معظم الناس هم كذلك. طبعاً لا أقصد بذلك الراغبين الصادقين بإيقاظ الوعي من سبات الغفلة الروحية.

يجب أن نعمل على إيقاظ أولئك الذين طمروا أنفسهم تحت ركام التصرف الخاطئ والعيش المغلوط.

ولكي نتمكن من القيام بذلك علينا أولاً أن نبعث وعينا حياً من سراديب الجهل إلى نور المعرفة الإلهية.

* * *

الصداقة هي محبة الله المشعة من عيون محبينا، وهي نداؤه لنا كي نعود إلى البيت السماوي لتتذوق عذوبة الإتحاد الأبدي بالحب الكوني.

الصداقة هي صوت قدسي يناشد الأنفس كي تتحلل من وعي الأنا والأنانية الذي يفصلنا عن الله والإنسان.

الصداقة الحقيقية هي رباط مبارك بين النفوس الواعية التي تظهر من خلال صداقتها محبة الله النقية ومزايا الروح الكوني المقدسة.

الصداقة الصادقة رحبة وشاملة.

الولع الأناني بشخص معين دون سواه هو عائق كبير أمام الصداقة.

يجب توسيع حدود المحبة بحيث تشمل العائلة والجيران والعالم بأسره.

الصديق العالمي واسع الصدر، محب لخلائق الله، ينثر محبته بسخاء أينما ذهب وحيثما توجه.

هذه المبادئ السامية عاشها جميع العظماء ونادوا بها.

المحبة العائلية هي التدريب الأولي لإرساء دعائم الصداقة الروحية.

إن نفس الدم يجري في عروق كل الناس من جميع الأجناس.

وبالرغم من أننا من جنسيات وقوميات مختلفة، لكن تجمعنا أواصر عالمية نظراً لانتمائنا لنفس المصدر الإلهي.

* * *

النفس لا يمكن سجنها خلف قضبان من صنع الإنسان لأنها عالمية المنشأ، كونية الإنتماء.

* * *

إن كنا سنستمتع بالحياة على الإطلاق فالوقت هو الآن وليس غداً أو في السنة القادمة.

إن أفضل تحضير لحياة أفضل في السنة القادمة هو حياة توافقية متزنة وسعيدة في هذه السنة.

وحياة مستقبلية (في الآخرة) غنية بالمباهج والمسرات تتوقف على أسلوب حياتنا وطريقة تفكيرنا وكيفية عملنا وتعاملنا في هذه الحياة.

فيومنا هذا يجب أن يكون اليوم الأهم والأكثر معنىً في حياتنا.

* * *

التأمل هو المِعول الذي به تزاح الطبقات التي تغطي وتحجب وجه الوعي، وباستخدامه يتفجر ينبوع الفرح الإلهي الدائم الجريان.

التأمل والاسترخاء التام أو سحب الفكر بطريقة واعية من الحواس المشوشة هو الطريقة الفعلية والفعالة للتعرف على الله، ولو استطعنا القيام بكل شيء ما عدا التأمل فلن نعثر على فرح يوازي الفرح الذي يأتي عند سكون الأفكار (فِيهِ سَكِينَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ) وتناغمها مع السلام الإلهي (سَلاَمًا أَتْرُكُ لَكُمْ).

يمكن تذوّق هذه النشوة الربانية باستخدام أسلوب التركيز والتأمل استخداماً صحيحاً.

* * *

إن بحثت عن الباب في سقف غرفتك فلن تعثر عليه حتى ولو بحثت لسنين طويلة ما لم تستخدم طريقة البحث الصحيحة وتنظر إلى الجدار.

* * *

سيأتي اليوم الذي به أودّع هذا العالم، ولكن طالما بقيت على هذه الأرض فإن فرحي الأعظم يكمن في التحدث عن روائع الله للذين يثقون بي، ورغبتي تكمن في مضاعفة شوقهم لذلك النور الرباني الذي منحني التعزية والحرية والأمان الذي يعصى على الوصف.

* * *

إن تاريخ الكون بكامل تفاصيله وأدقها محفوظ في خزائن الأزل، وذلك بُعدٌ آخر. هنا في هذا العالم المحدود نبصر الطول والعرض والسُمك والإرتفاع، لكن هناك مستوىً آخر لا توجد فيه

هذه الأبعاد. كل شيء شفاف في ذلك المستوى الأثيري.. كل شيء وعي وإدراك. حاسة الذوق هي شعور وكذلك حاسة الشم. مشاعرنا وأفكارنا وأجسادنا كلها وعي. ومثلما نستطيع أن نرى ونسمع ونشم ونتذوق ونلمس في الحلم، هكذا يمكننا اختبار كل هذه الإحساسات بالوعي أو الشعور النقي الشفاف في العوالم العليا.

هذا ما أراه الآن بالضبط أثناء تحدثي في هذه اللحظة. فأنا لست في هذا الجسد، بل إنني جزء من كل ما هو كائن. والأشياء التي أراها هي حقيقية بالنسبة لي تماماً مثلما أنتم حقيقيون.

يجب أن يستيقظ الإنسان كي يبصر الله في كل مكان وكي يعلم الفرق بين الحلم والحقيقة.

كثيراً ما أبصر اللانهاية في المكان الذي أنا موجود فيه، وأبصر ذلك المكان في اللانهاية. كل شيء اقترض الحياة من ذلك المصدر الأبدي.

عندما كنت طفلاً جلستُ وصليتُ ليل نهار ولا من جواب أو مجيب.

على أحد الجانبين أبصرت البشرية وعلى الجانب الآخر الأبدية التي لم تتحدث إليّ.

ومع أنني ظننت بأنني كنت وحيداً وقد هجرني الجميع، لكن الله لم يهجرني لأنه كان كل الوقت حاضراً معي في الخفاء.. خلف أفكاري ومشاعري.

وعندما بدأت أبصر النور في داخلي كانت روحي تمتلئ بكيفية غامضة بالعبير الإلهي المبارك.

كنت أرى جذور الأشجار والنسغ ينساب فيها، وشعرت بقربي من الله الذي منحني العزاء وجبر بخاطري.

لقد صليت وناديت المرة تلو المرة ليل نهار، وعندما فقدَتْ الأشياءُ رونقها ومعناها بالنسبة لي، زهدت بالدنيا وما فيها، بما في ذلك السعادة خوفاً من أن تكون سعادة مادية فعثرت على الله الذي هو معي الآن على الدوام.

العالم قد يهجرني لكن الله لن يتخلى عني لحظة واحدة.

الله هو كل شيء. فهذه القاعة والكون من حولها يعومان كصور متحركة على ستارة وعيي.

أنظرُ فلا أرى سوى الروح النقي والنور الشفاف والوعي اللطيف.

صورة جسمي وصور أجسامكم وكل الأشياء في العالم هي إشعاعات منبثقة عن ذلك النور الرباني الأوحد. وإذ أبصر ذلك النور لا أرى شيئاً عداه.

عندما تنظرون إلى الشاشة تبصرون صوراً متحركة، ولكن عندما تنظرون إلى الخلف (في السينما التقليدية) لا تبصرون سوى شعاع من النور يسلط الضوء على الشاشة. ذلك يبدو عديم التصديق لكن تلك هي الحقيقة.

في السابق كنت أتحدث عن هذه الأشياء، لكنني الآن لا أتكلم أمام الذين لا يكترثون لها ولا يهتمون بها. لكن الله سمح لي هذه المرة بالتحدث إليكم. كل شيء إلى زوال. صلوا من أجل الحصول على الذي يبقى ولا يزول.

* * *

بما أننا أتينا إلى هذا العالم من حيث لا ندري، فمن الطبيعي لنا أن نتساءل عن أصل وغاية الحياة.

إننا نسمع عن خالق لهذا العالم ونقرأ عنه والكون بأسره يعلن عن وجود عقله الإلهي.

وكما أن القطع والأجهزة الصغيرة والدقيقة لساعة صغيرة تجعلنا نعجب بالساعاتي..

ومثلما تثير آلات المصنع الكبيرة والمعقدة دهشتنا وإعجابنا بمخترعها، هكذا عندما نرى عجائب الطبيعة ندهش من الذكاء المحتجب خلفها، ونتساءل:

"من أعطى الزهرة شكلا نابضا بالحياة ومتجها نحو الشمس؟

من أين أتى عبيرها وجمالها؟ وكيف تكونت بتلاتها بتلك الدقة المتناهية وخضبت بالألوان الرائعة البهيجة؟"

* * *

أحسّ بك في أعماق فكري، وأشعر بقربك في أبلغ مشاعري، وأراك متفتحاً في حديقة حبي.

املأني بعطر وجودك علني أنتشي بأريجك المبارك.

تعالَ إليّ من خلف السماء والنجوم والأفكار والمشاعر.
أرني وجهك الأقدس ودعني أدرك حضورك في روحي ومن حولي وفي كل مكان.

لقد بحثت عنك على مر الدهور والعصور .. على دروب الرغبات والمطامح والآن أدرك أنك تسكن نفسي وتلهم أقدس أحاسيسي.

لا تحتجب بعد الآن عني خلف زهور المشاعر والأفكار ونبض الوجدان.

رصّع روحي بجواهر حكمتك وانفحني بنسمات نعيمك واقصِ عني الظلمة التي حجبتك عن بصري وبصيرتي.

يا من أنت ما وراء النجوم والسماء الزرقاء، وخلف طبقات الجو وكل الكائنات والموجودات.. تقبل همسات عشقي واغمر كياني بحبك ونورك وسلامك.

* * *

لو شعرتم ولو بمقدار ذرة من الحب الإلهي لأحسستم بفرح غامر لا يوصف وعارم لا يُقاوم
بحيث يصعب عليكم احتواؤه.

عندما نتناغم مع الله يصبح إدراكنا غير محدود ويندمج في العمق الأوقيانوسي للوجود الكلي
ونتذوق غبطة عظمى وحباً إلهياً فائقاً.

* * *

بعض الناس مدمنون على قراءة الروايات التراجيدية ويعتبرونها مادة القراءة المفضلة بالنسبة لهم، ويشعرون بأنهم سيتابعون الاستمتاع بها حتى نهاية عمرهم.

لكنهم لو حللوا أنفسهم لوجدوا أنهم غالباً ما يصبحون مكتئبين معكري المزاج من تلك القراءة المستمرة لذلك النوع من الأدب.

وبفعل ذلك الإكتئاب فقد يرغبون في كسر تلك العادة وتشكيل بدلا منها عادة قراءة الكتب والمواد الروحية التي تلهم أفكارهم وتغذي مشاعرهم بالأفكار السليمة السامية.

وإن هم قاموا بذلك التغيير سيجدون أن حياتهم قد اتخذت منحىً جديداً رائعاً بفضل التمييز الواعي والتصميم القوي.

صحيح أن باستطاعتنا تغيير أنفسنا بسرعة كبيرة إن نحن أردنا ذلك، لكن تغيير أنماط ونماذج عادات السنين يلزمه مجهود فعلي وإرادة صلبة.

لاستئصال عادة قديمة وعميقة الجذور يجب تفعيل كل قوى التصميم في اتجاه معاكس إلى أن تبطل مفعول العادة السيئة وتشل قوتها.

معظم الناس لا يمتلكون الصبر والأناة اللازمين لذلك. ولكن يجب أن يدرك الشخص أن ما خلقه أو فعله يمكن محوه أو إبطال مفعوله.

* * *

دعونا نهجر حدود الأنا ونتجول في مروج التقدم الروحي الواسعة المترامية.

وكقافلة الزمن المسافرة دوماً على دروب الحياة، هكذا ينبغي لقافلة النفس السير على دروب التمدد الأعظم نحو مشارف الروح الإلهي.

إن روح المبادرة للقيام بأهم واجبات الحياة غالباً ما تظل مدفونة تحت ركام وحطام العادات البشرية.

يجب أن يحرر الإنسان نفسه من التأثير المحْبط لتلك العادات وأن يشرع بنثر بذور النجاح الذي يتوق إليه في تربة حياته.

تكتسب الحياة قيمة وأهمية عندما نقوم بإنجاز أكثر الأعمال إلحاحاً وجوهرية: العثور على المعنى والقيم الحقيقية لوجودنا.

يجب أن يدرك الإنسان أن هذه الصور الكونية المتحركة للحياة لا تـُعرض بدون سبب.

كل يوم نرى مناظر جديدة، وكل يوم يحمل دروساً جديدة ينبغي أن نتعلمها بالتركيز على الغرض السامي لوجود الإنسان: التعرف على الكائن الأسمى المحتجب خلف ستارة الحياة.

* * *

في الله ستجد حب كل القلوب واكتمال الشوق وتحقيق المرام. كل ما يمنحه لك العالم ثم يأخذه منك ليتركك في حسرة أو ألم أو إحباط تجده في الله بمقدار أكبر بكثير ودون تبعات من الخيبة والأسى.

* * *

بعض الناس يقولون أنه يتوجب علينا الإعتماد على العقل فقط. آخرون يعتقدون أنه ينبغي لنا إشباع الحواس. كلتا الحالتين متطرفتان.

طبقاً لإحدى النظريات يستحسن الحصول على فحص طبي بانتظام للتأكد من صحة وسلامة الجسم، تماماً كفحص السيارة من حين إلى آخر. هذا أمر منطقي. لكن الإنسان ليس آلة. فإن كانت حالتك النفسية الصحيحة تتوقف على حالة الجسد فعاجلاً أم آجلاً سيصبح العقل رهينة لمتطلبات الجسد بحيث لا تنفع أنواع وكميات الأدوية ووسائل العلاج الجسدي الأخرى. هذا يفسر إصابتنا بالأمراض المستعصية. لقد أصبح الوهن الجسدي مستحكماً لأن العقل رفض أن يكون سيد الجسد.

من الأفضل التزام الإعتدال في البداية. فإن أصبتَ بجرح طفيف ضع قليلاً من اليود عليه ولكن لا تعتمد اعتماداً كلياً على الدواء. اتخذ الإحتياطات المعقولة المناسبة إلى أن تستطيع الإعتماد تدريجياً أكثر فأكثر على العقل.

المعلمون العظام أنفسهم استخدموا الأدوية المصنوعة أصلاً من أعشاب ومواد كيماوية خلقها الله.

الأدوية والعقاقير ليست ضرورية للمعلم الروحي، لكن لكي يبرهن أن قوة الله تعمل في طرق لا تحصى فقد يختار أحياناً استخدام بعض المستحضرات الطبية.

وعلى أية حال فإن الظـَفر يكمن في قوة العقل. فعندما تتوصل إلى القناعة التامة بأنه يمكنك الإستغناء عن كل الأدوية دون أي تأثير سيء تنتصر وتكتب لك السيادة على الجسد.

* * *

يجب أن تكون الصداقة التي نمنحها للآخرين نابعة من القلب، وينبغي عدم إظهار المودة والتعاون على السطح في حين ينطوي الداخل على خلاف ذلك.

القانون الروحي في منتهى الدقة والقوة، ويجب عدم معاكسة المبادئ الروحية.

لذلك من الضروري عدم مخادعة الأصدقاء أو الغدر بهم وعدم تجاوز حدود الصداقة.

كما ينبغي للصديق أن يعرف متى يتعين عليه التعاون مع صديقه ومتى يجب أن يستخدم إرادته ويمتنع عن التعاون معه.

* * *

إن سطح الجلد لا يشعر بإحساسات اللمس، فتلك الإحساسات يتم اختبارها أصلا في الدماغ، ولا يستطيع الشخص أن يتذوق أو يلمس أو يشم أو يسمع أو يرى إلا بواسطة العقل.

يبدو لنا أننا نختبر الطـَعم على سطح اللسان، لكن في الحقيقة الدماغ هو الذي يسجّل ذلك الطعم. وبالمثل، عندما يصاب أحد أعضاء الجسم بأذى يكون الألم أساساً في العقل وليس في العضو المتضرر.

لدينا آلتان للإحساس بالألم: العصب ومادة الدماغ النخاعية، والإحساس يحدث عندما يسمح العقل بالإتصال بين العصب والنخاع. وما لم يعترف العقل بالألم فالألم غير موجود.

عندما يكون الشخص تحت تأثير الكلوروفورم أو المخدر (البنج) لا يحس بالألم لإن الإحساسات لا تصل إلى الدماغ. وفي أطراف الأعصاب توجد شعيرات دقيقة من خلالها تنتقل إحساسات الألم إلى الدماغ. المخدر يحول دون انتقال إشارات الألم تلك.

الدماغ هو الجهاز الحساس للعقل، وكل إحساسات الجسد تـُنقل إلى العقل عن طريق الأعصاب والدماغ. وكون العقل مقترناً بالدماغ فإنه يستقبل تلك الإحساسات ويفسّرها.

العقل القوي بفعل التفكير الإيجابي هو قليل التأثر بإحساسات اللذة والألم. إنه على دراية بتلك الإحساسات لكنه ليس مقيداً بها.

* * *

أرشيفيات - من الهوة إلى الذروة:

قصة نجاح كما رواها الحكيم برمهنسا يوغانندا

(هذه قصة واقعية مترجمة عن شخص كان دائم الفشل، لكنه بممارسة التفكير الخلاق والتأكيد الإيجابي استطاع في النهاية التغلب على أسباب فشله وتمكن من تسخير النجاح لإرادته.)

مثلما يوجد أناس ناجحون بالفطرة، هناك أيضاً فاشلون بحكم العادة.

كان صديقي وتلميذي (س) شخصاً فاشلاً منذ الولادة. صحيح أنه كان فتىً ذكياً، مواظباً ومتشوقاً لكسب المال، لكنه ما أن كان يفكر بعمل أو وظيفة ما حتى تحيط به عوامل الفشل منذ البداية.

وذات يوم أتى إليّ صفر اليدين، مطارَداً من الدائنين، مهجوراً من الأصحاب، يطلب مني النصيحة.

سألته عن سبب متاعبه فقال:

"يا سيدي إنني إنسان فاشل، ولسبب لا أعرفه ما أن أشرع في عمل ما حتى أفقد ذلك العمل ويتضرر المكان الذي أعمل به أيضاً، فيخسر رب العمل عمله بعد فترة وجيزة من تشغيلي عنده. ولذلك أصبحت أرهب البحث عن العمل خوفاً من تعطيل مصالح أرباب العمل الذين سيشغلونني عندهم، بفعل اهتزازاتي الفاشلة. وإنني متيقن بأنني سأخسر عملي لا محالة لأن الشركة التي ستوظفني ستعلن إفلاسها وتقفل أبوابها، وتصرفني جرّاء ذلك. ولهذا ليس لي الحق في التسبب بتدمير أعمال الآخرين لمجرد صلتي بهم. "

تمكنت من إيجاد عمل له في إحدى الشركات الصغيرة وطلبت منه أن يردد لنفسه كل مساء، قبل النوم وكذلك عند الإستيقاظ التأكيد التالي:

"يوماً بعد يوم.. وفي كل يوم.. أنجح أكثر فأكثر في مجال عملي.."

مضى شهر فقال لي (س) محذراً: "سيدي، الشركة التي شغـّلتني بها آخذة في التضعضع وحالتها لا تبشر بالخير، فبالله عليك أن تخلصني منها قبل أن تنهار بالمرة، لأنني سأخسر عملي على أي حال عندما تفشل الشركة. لكن استقالتي الآن ربما تعمل على تجنيب الشركة المصير المحتوم والمشؤوم بسبب اهتزازاتي التعيسة الحظ."

ضحكتُ دون أن ألقي بالاً لما قاله (س)، بل طلبت منه مواصلة التأكيد والإحتفاظ بعمله. وبعد أسابيع جاء إليّ في إحدى الأمسيات وقال متنهداً:

"لقد حصل ما كنت أخشاه بالضبط."
سألته: "وما الذي حصل؟"
قال: "انهارت الشركة مثلما أخبرتك وكما تنبأت."
قلتُ له محتجاً: "أليس صحيحاً أنه عندما كنت تؤكد لنفسك "يوماً بعد يوم.. وفي كل يوم.. أنجح أكثر فأكثر في مجال عملي.." كنت بالحقيقة تردد تلك الكلمات كالببغاء؟ وأن أخطبوطاً من الشك ظل ممسكاً بتلافيف دماغك بحيث كنت تقول بينك وبين نفسك: "يا معتوه، إن أحوالكَ تزداد سوءاً مهما حاولت أن تقنع نفسك بالنجاح"؟!
أجاب: "إي والله.. هذا ما يحدث بالفعل."
نصحت (س) بالتخلص من الإهتزازات والأفكار السلبية الثقيلة حال بزوغها في عقله، لا سيما أثناء تكرار التأكيد الإيجابي، لأن العقل الواعي ذا القناعة الراسخة يمكنه التأثير على الوعي الباطن أو اللاشعور، والذي بدوره ومن خلال قانون التجاوب المغناطيسي يؤثر على العقل الواعي بفعل قوة العادة.
وأردفتُ قائلاً: "إن التأكيد المتواتر للأفكار والعادات الإيجابية حتى تسري وتتجذر في العقل الباطن كفيل بإزالة الحواجز الفكرية الباطنية الموروثة أو المكتسبة. ولا سبيل للنجاح ما دامت أفكار ومشاعر التثبيط والإحباط متمترسة في العقل الواعي أو الباطن. وأن من شروط النجاح امتلاك القدرة الخلاقة والظروف المواتية والميول الفطرية. فإن تمكنتَ من ملامسة الوعي السامي ذي القدرات غير المحدودة يمكنك عندئذ خلق فرص جديدة لذلك النجاح الذي ما زال هارباً منك وتعجز عن الإمساك به."
ووُفقت ثانية إلى مساعدة (س) في الحصول على عمل آخر، أكبر من الأول. لكن بعد ستة شهور (وتلك كانت أطول مدة أمضاها صاحبنا في العمل) قال لي في أصيل أحد الأيام: "إن حالة الشركة آخذة في التدهور المتسارع، فالرجاء أن تخلصني بسرعة."
لم أعر انتباهاً لهواجسه، بل طلبت منه الإستمرار في عمله. وبعد أسابيع قليلة قال لي (س) مبتسماً: "الوظيفة الثانية التي دبّرتها لي ذهبت يا سيدي مع الريح!"

قلت بهدوء: "ما عليك (ولا يهمك)، سأجد لكَ عملاً آخر."

فأجاب: "حسناً يا سيدي، ما دمت تأخذ على عاتقك انهيار شركة أخرى بفعل مخالطتي لأصحابها فلا مانع لديّ."

وبالسعي المتواصل عثرت على عمل جيد جداً لـ (س) في مؤسسة كبيرة. مرّت سنة ولم يحدث شيء، علماً أن (س) كان يحاول في كل أسبوع ترك الشركة خوفاً من تدميرها كسابقاتها.

أخيراً طلبت منه أن يستثمر أمواله في عمل خاص به، فاعتراه الخوف وحدّق بي ذاهلاً وقال: "هكذا تنصحني؟ ألا تعتقد أنني سأخسر مالي الذي جمعته بجهد جهيد إذا ما استثمرته؟"

فأكدت له بثقة: "لا بد أن تستثمر مالك وطاقاتك في مشروع جيد، كمركز تموين محلي لا يتطلب استثماراً ضخماً، وإنني واثق من نجاحك."

وفي غضون سنين قليلة أصبح (س) صاحباً لممتلكات كثيرة ومخازن كبيرة.

وما أن اقتنع بنجاحه حتى وجد نفسه ناجحاً في كل ما يفعله. وذات يوم قال لي ضاحكاً: "بفضل الله وفضلك تحولت من شخص فاشل إلى رجل ناجح. لقد تغلبت على الفشل وأدركت أن فشلي المتواصل كان بالفعل ناجماً عن نقص في فهمي لواجبي. لكنني لا أعرف كيف تمكنت من النجاح بعد أن هدمت أعمال الآخرين بسبب اهتزازاتي الفاشلة."

فقلت له موضّحاً : "إنك لم تتسبب في هدم المصالح التي كنت تعمل بها. إن قانون التجاذب الذي يحكم الناس، على أساس الإهتزازات المتشابهة، يعمل سلباً أو إيجاباً (فشبه الشيء منجذبٌ إليهِ).

طبيعتك الفاشلة جذبتك إلى شركات كانت أصلاً على وشك الفشل، والعكس بالعكس.. إذاً لقد كنتَ فاشلاً وكانت الشركات أيضاً على شفا الإنهيار. وطبقاً لقانون الجذب المتبادل فقد تدحرجتَ بمعية تلك الشركات من تلة الفشل وارتطمتم بالصخور في نفس الوقت."

العبرة من هذه القصة هي أن النجاح التام يعني خلق ما يحتاجه المرء بالإرادة من خلال إيقاظ قوى الوعي السامي غير المحدودة. تلك القوى يمكن إيقاظها بمعرفة الطريقة الصحيحة

للتأمل والتفكير الإيجابي الخلاق من أجل اكتساب الصحة والنجاح والحكمة والسعادة.

* * *

شِباك النور

في الماضي البعيد كان لديّ نور كشاف سرّي وكنت أسير بحذر في صمت الظلمة الداخلية.

وعندما كنت أرسل شعاعاً خفياً في أرجاء العتمة كنت أبصر أسماكاً صغيرة من أفكار إلهامية يكشفها الضياء الخاطف.

استخدمتُ تلك الأسماك كطعم للإمساك بأسماك وعيي الكبرى لكن الكثير منها أ ُفلت وتوارى خلف دائرة النور الصغيرة.

ومن مريديك الأوفياء الصادقين.. الأغنياء بالأناشيد الفضية والأحلام الذهبية ابتعت بعملة المحبة شباكاً نورانية من إحساسات الروح ووصلتها معاً.. وكنستُ محيط حكمتك فأمسكتُ بأسماكٍ صغيرة وأسرابٍ من المشاعر السعيدة ونفائس من ذكريات مقدسة طال فقداني وافتقادي لها وحظيتُ أيضاً بما لا تعادله كنوز الدنيا.

* * *

في هذا العالم نبدو منغمسين في بحر من المصاعب.

الله يمتحننا بشتى الطرق. إنه يُظهر نقاط ضعفنا لعلنا نتعرف عليها ونحوّلها إلى قوة.

يرسل أحياناً لنا تجارب عاتية تبدو أنها فوق طاقة احتمالنا، لكن المريد الفطين يقول:

"أريدك يا رب، ولن يعيق بحثي عنك عائق.. وصلواتي قلبي هي:

"لا تجرّبني بنسيان حضورك والغفلة عن ذكرك."

بعدها يأتي الله ويوقظنا من هذا الحلم المزعج، وكل مريد سيحصل عاجلاً أم آجلاً على ذلك الإختبار الرائع .

* * *

باستطاعة الإنسان أن يوحي لذاته إيحاءات إيجابية من شأنها أن تؤثر تأثيراً إيجابياً على العقل الباطن والذي يؤثر بدوره على العقل الواعي.

أما الإيحاءات السلبية، سواء كانت ذاتية أو من شخصٍ آخر، فتضر بالدماغ وينبغي تلافيها.

هناك أرواح (أشباح) مظلمة تجوب الفضاء بحثاً عن عقول وأجسام يمكنها استخدامها وتحقيق رغائبها ومآربها من خلالها.

لذلك يتوجب الحذر من هيمنة مثل تلك الأرواح وذلك بإبقاء الفكر منهمكاً بالإيجابيات والأفكار الطيبة.

يجب عدم ترك الفكر فارغاً. هذا بالطبع يختلف عن تحضير الفكر لتقبّل الإلهامات والإهتزازات العليا أثناء التأمل.

* * *

عندما يُعتبر المال مقياس السعادة فإنه في الحقيقة يجلب التعاسة، لأنه يخلق الحسد والطمع والفرقة بين أفراد الأسرة الواحدة.

الحياة تكون أفضل للجميع لو أصبحت أكثر بساطة. لهذا يشجع المعلمون على الحياة البسيطة.

وإن كان ممكناً يستحسن الإبتعاد عن المدن الكبيرة، لأن سكان المدن غالباً محاطون بالضوضاء في حين يشعر الشخص بحرية وحيوية أكبر في المجتمعات الأصغر.

ومما يؤسف له أن كثيرين من سكان المدن لا يعملون بجد على تنمية وتغذية الميول الروحية، وبعضهم يصبح ضيق الأفق ويحيا حياة شبه آلية. ومع ذلك هناك من يستطيعون التوفيق بين حياة المدينة والحياة الروحية إن هم أرادوا ذلك.

وما لم يجلب الإنسان الله إلى حياته ويخلق توازناً فعالاً فإن المشاكل ستأتي إليه مهما وكيفما كانت طريقة حياته.

* * *

بإمكان الإنسان امتلاك السعادة في كوخ صغير، وقد يكون فريسة للهم والشقاء حتى في قصر فاخر.

الترف الزائد والتنعم بالكماليات المادية غالباً ما يطرد السعادة من النفس بدلاً من الظفر بها.

من تتوقف سعادته على إرضاء رغباته لا يمكنه تحقيق تلك السعادة، لأن السعادة والحالة هذه تتوقف على شيء ما يتوقع الحصول عليه في المستقبل.

إنه يغازل السعادة ويتودد إليها دون تحصيلها كمن يتعقب سراب الماء في الصحراء.

* * *

إن مقداراً كافياً من النوم يساعد على تزويد الجسم بالطاقة في حين أن الإفراط الزائد في النوم ينهك القوى بحيث لا يرغب الشخص بالعمل طوال اليوم، بل يجد أنه يجر نفسه جراً.

هناك طريقة للتخلص من الإعياء وهي بأكسجنة الجسم أي بتزويده بالأكسجين.

عندما تشعر بالتعب، فبدلاً من التوجه إلى المطبخ لتناول وجبة خفيفة، أخرج إلى الهواء الطلق لعشر أو خمس عشرة دقيقة وتنفس زفيراً وشهيقاً بعمق.

كرر ذلك عدة مرات. لا تتنفس بسرعة أو بقوة بل بكيفية مريحة، ببطء وعمق، وبعد هذه المدة التي تكون قد صرفتها في الهواء الطلق ستشعر بالنشاط وستجد أن التعب قد زال.

* * *

حديقة الحياة

سأستخدم كل القوى الممنوحة لي من الله استخداماً صحيحاً ونافعاً.

الله سيساعدني إذا ما ساعدت نفسي، مبتهلاً إليه كي يكلل مساعيّ بالنجاح.

لقد كفنت ودفنت الفشل في مقبرة الأمس. اليوم سأحرث حديقة حياتي بمجهودي الخلاق الجديد، وسأزرع في تربتها بذور الحكمة والصحة والرخاء والسعادة.

سأسقي البذور بمياه الإيمان بالله والثقة بالنفس، وسأنتظر كي يجود عليّ الكريم بالمحصول الوفير.

أما إن لم أجنِ المحصول فسأظل مع ذلك ممتناً للرضاء الذي حصلت عليه من محاولة أفضل ما لديّ.

سأحمد الله لأنني قادر على المحاولة ثانية المرة تلو الأخرى حتى أنجح بعونه، وسأشكره على تحقيق أعز أمنيات قلبي ورغائبي النبيلة.

* * *

ما لم يتفهم الرجل والمرأة طبيعة أحدهما الآخر فإنهما يعذبان بعضهما بآلام نفسية ممضة.

يجب أن يبذل كل منهما قصارى جهده لخلق توازن بين العقل والعاطفة بحيث يصبح شخصاً مستكملاً.

* * *

لقد مُنح الإنسان الحساسية بغية حماية الجسد. فبدون الشعور قد يصاب الشخص بجرح بالغ أو حرق خطير دون أن يعرف ذلك.

الحيوانات لم تنمِّ هذه المقدرة التي يتمتع بها الإنسان ولذلك فإن إحساسها بالألم أقل، وإلاّ لكانت الفظاعة التي تمارس على الحيوانات باستخدام بعض أساليب القتل والذبح لا تطاق. السرطان البحري يُلقى في الماء الحار، عند درجة الغليان، وهو حيّ!

ولأن الألم واللذة كليهما من خلق العقل، فالألم الجسدي يمكن تخفيفه بممارسة ضبط العقل، عندها يستطيع الشخص أن يختبر إحساساً كمؤشر لوجود حالة غير طبيعية، دون الشعور بالألم.

إن فرط الحساسية سواء للذة أو الألم يقوّي مفعولهما، بينما الحساسية المخففة تجعل الشخص أقل تأثراً بالألم وأقل خضوعاً واستعباداً للملذات الحسية.

لقد درّبتُ جسمي وعقلي كي يصبحا أقل حساسية للمؤثرات فوجدت نفسي متحرراً من المشوشات الحسية. ذلك التدريب هو الطريق للتحرر من قبضة الحواس ومتطلباتها التي لا تنتهي.

أحد الأطباء كان يتمتع بمثل هذه القوة العقلية بحيث تمكن من إجراء عملية جراحية خطيرة على نفسه!

طبعاً هذا غير ممكن بالنسبة للعقل المستعبد للتعلقات الجسدية. لكن بالتدريب يمكن أن يصبح العقل قوياً جباراً. فكلما درّب وهذب الإنسانُ عقله كلما تمكن من التحكم به.

إن الطفل المدلل أو (المدلـّع) يتألم جداً لمجرد أذى طفيف يلمّ به، في حين قلماً ينكمش الطفل المدرّب على التحمل والجلـَد أو ينكص ألماً أمام إصابات خطيرة.

نبضات من أعماق الروح

المعلم: برمهنسا يوغانندا

ترجمة: محمود عباس مسعود

أيتها السكينة الأزلية..

احرسيني من نوبات حمّى الغضب الشديد التي تهز أعصابي وتلهب خلايا دماغي.

فلأهجرِ عادة الغضب التي تجلب التعاسة لي ولأصحابي.

دعني يا رب لا أنغمس في الإغاظة الأنانية التي تبعد عني مودّة أحبتي.

ودعني لا أضاعف سخطي واغتياظي بتزويدهما العامد بكل ما يزيد من حدتهما.

أيا رب الهدوء المقدس، عندما أحتدم غيظا وغضبا ضع أمامي مرآة التعنيف التي بها أبصر قبحيِ وليد الإنفعال الحانق الخانق!

لا أرغب في أن أبدو قبيحاً أمام الآخرين، بوجه يشوهه الغيظ الشديد.

سأحلّ مصاعب الحياة بأفكار وأفعال المحبة لا بالمقت والضغينة.

باركني حتى أشفي جروح الغضب في داخلي بمرهم احترام النفس وأشفي قروح الغضب في الآخرين ببلسم الرقة واللطف والدعة.

استعادة الشفافية

أشعة محبتك يا رب تسطع بفيض متساوٍ على جميع أفراد أسرتك الكونية دون استثناء.

لقد فقد الإنسان شفافيته فأصبح بطيء الفهم لا ينفذ إليه نورك، وهو الملوم في ذلك. ساعدنا كي نمسح ضباب الأخطاء من على وجه مرآة فهمنا الصحيح.

إن أذرع مقاومتنا الروحية ضعيفة واهية، فارسل يا رب قوّتك في أعضائنا علـّنا نبدد الأبخرة الكثيفة القاتمة التي غطت شفوفيتنا وحالت دون الإنسياب الحـُر لنورك الشافي.

ألا ليتنا نمسي مرايا صافية ساطعة تعكس صورتك النقية الساطعة!

فلأجد ذاتي في الجميع

دعني أدرك أنه لولا نعمتك وحكمتك فلربما كنت كسيحاً أو مصاباً بالبرص أو العمى. ومع أن ذلك كان ما أستحقه، غير أني كنت سأتشوق للشفاء وأطلبه بتلهف.

أيتها الأم المقدسة، عندما أبصر أناساً مشوهة أعضائُهم أو مثقلين بالأحزان دعيني أحس أنها روحك الكلية الوجود هي التي تتألم في أجسامهم ونفوسهم.

باركيني كي أشعر بشعور كل إخواني، وكي أكافح لتحريرهم من شقائهم تماما كما أحاول تحرير نفسي.

وإذ أتشوق وأكافح وأبكي وأبتسم من أجل الآخرين، فلا بد أن أعثر على ذاتي في الجميع.

كن منارة حكمتي

إن اقترب قارب عقلي من صخور الرغبات الشرهة الخطيرة، مدفوعاً بعواصف الجهل، فحذرني إذ ذاك يا من أنت منارة الحكمة الإلهية.

إنني دائم البحث عن شواطئ صلاحك وبر أمانك!

أنغام ملائكية

لقد لامس صولجان التأمل السحري كل الأصوات فحوّلها إلى صوت أوم الأصلي المندفع في مسارات النجوم، عبر الأرض ووسط المياه.

أيها الروح، اظهر ذاتك لي بصوت أوم: نداء الكون للعبادة والتأمل.

كل أنسجة جسمي وكل أسلاك أعصابي تنشد بانسجام أنغام أوم الملائكية.

دعاء يومي للهداية المقدسة

يا رب، سأشغّل إرادتي وسأعمل بصدق وإخلاص، ولكن وجّه بصيرتي وإرادتي وأعمالي في الاتجاه الصحيح كي أقوم بكل ما ينبغي لي أن أفعله.

عطر الخشوع

أتقدّم منك بكفين مضمومتين وهامة منحنية وقلب يملؤه عطر الخشوع.

من قلوب متعبديك استخلصتُ عصارة الشوق الفوّاح ومزجتها بقطرات ندية من عينيّ.

بتلك المياه المقدسة سأغسل قدميك الورديتين.

أنت أبي وأمي وأنا طفلك.

أنت المرشد الهادي الذي أصغي لكلامه وأمتثل طوعاً لأوامره.

تعالَ أيها الفرح الإلهي

أيتها الأم الكونية، لتكوني الشعلة الوحيدة في قلوبنا ولتبددي ظلام نفوسنا.

وفي دموع محبتنا لكِ، اغسلني حبنا للدنيويات.

وفي غبطة توافقنا معكِ بددي مرة وإلى الأبد كآبتنا وأحزاننا.

اجعلي من قلوبنا الصغيرة قلباً كبيراً يتسع لحضورك الكلي.

وفي مرآة طبيعتك المباركة، فلنبصر أنفسنا كاملة نقية.

لتصعد شعلات محبتنا لكِ إلى ما فوق لهيب الشهوات الأرضية.

ملايين المغريات تتنكر بصورتك وتخدعنا على الدوام.

تعالي أيتها الغبطة النقية! أدخلي هيلكل أشواقي الحارة إليك.

كوني الكوكب الهادي في سرواتي بليالي الجهل المظلمة، ولتأخذي بيدي وترجعيني سالمين إلى مرفأك الآمن الأمين!

قَسَم المريد

سأقهر الكبرياء بالتواضع،

والبغضاء بالمحبة،

والإثارة بالهدوء،

والأنانية بالكرم،

والشر بالخير،

والجهل بالمعرفة،

والقلق بسلام التأمل عليك يا إلهي.

ابعدني عن الشر

با ركني يا رب كي لا أسمع شراً ، ولا أبصر شرا، ولا أنطق شرا، ولا أستنشق شرا، ولا ألمس شرا، ولا أحس شرا

ولا أفكر شرا، ولا أحلم شرا.

دعاء من أجل الإشراقة العظمى

أيها الرب ذو الجلال، يا جوهر الوجود ويا روح الأكوان، يا صديق الأصدقاء! اطلعني على أسرار وجودي. علمني كيف يمكنني أن أعبدك في الهدوء والسكينة والسهر.

في سكينة روحي اغمرني علني أدرك حضورك الخالد بي ومن حولي.

بي شوق عظيم للتعرف عليك، يا من لا ثانٍ لك، يا منقطع النظير، أيها الفريد المجيد المستحق لكل تقديس وتقدير!

براعم حنيني

مع إطلالة فجر قدومك ستتفتح براعم حنيني إلى زهور ناضرة.

يا رب، عجّل باليوم الذي به اضفر باقة خضراء من تلك الزهور وأضعها على قدميك.

صلاة قبل تناول الطعام

يا رب، تقبّل هذا الطعام، قدّسه، ولا تسمح للشره بتدنيسه.

الطعام يأتينا منك وهو لإعالة هيكلك الجسدي. باركه بروحك حتى يتحول إلى روح يعيلنا ويقوّينا.

أنت الوردة الإلهية الكاملة بما فيها من حياة وحسن وجمال، ونحن أوراقـُها. املأ نفوسنا بأريج حضورك المعطاء المعطار.

نسيمنا الولهان

فتـّح براعم قلوبنا واطلق أريجها المحبوس خلف قضبان الأوراق الوردية كي تحمل نسائم مداركنا الروحية النفحات المعطرة وتنقلها إلى معبدك القدسي.

يا من تستحق كل عبادة وتبجيل!

نريد أن يهبّ نسيمنا الولهان على أقدامك المباركة

همسات من الأزل

خاطبني الصوت الأزلي بنغمة ناعمة خفيضة، قائلا:

"لقد همست في مسمعك طوال سبات الدهور: أن استيقظ! والآن ها قد هجرت نومك فأقول لك: يقـّظ إخوتك. اعمل معي علّ الجميع يسمع كلمتي."

فوعدت قائلا:

"سأبذل قصارى جهدي لبث دعوتك ونشر رسالتك، وعندما أغادر شكلي الأرضي سأقترض صوتك الكلي الحضور كي أهمس للقلوب المتناغمة: اصغوا لأناشيده الإلهية ذات العزاء الروحي، فهو دائم النداء لكم.

سأنتظر كل إخوتي الذين لا حصر لهم؛ وإذ يسيرون ببطء في موكب مديدٍ مديد نحو الغاية المباركة لمعرفة الذات، ومن خلال ‘‘همسات من الأزل‘‘ سأهمس لهم: "تيقظوا يا إخوتي، ولنتبع صوته الذي ينادينا دون توقـّف، ولنعد معاً إلى البيت السماوي."

أنت ينبوع المحبة

أنت ينبوع المحبة السماوية والأرضية.

أنت الأب الذي يوفـّر الحماية لبنيه والأم التي تغدق عليهم الرقة اللامتناهية.

أنت الطفل الصغير الذي يتلفظ لثغاً بعبارات المحبة لوالديه.

أنت الوئام والإخلاص التام بين المحبين.

إنك تطهّر الخادم بالإحترام لسيده وتوثـّق عرى المودة ما بين الأصدقاء.

لقد غسلتني بمياه المحبة على اختلاف صنوفها فبتُّ أحبك بكل ما في الوجدان من إحساسات وبكل ما في القلب من حب وحنين، يا من تستحق كل حب وعبادة وخشوع!

أنشودة الحب الخالد

أدوزن أوتار قيثارة قلبي لأعزف من جديد أغنية قديمة: حكاية حبي الأول.

أيها الروح الإلهي، لك أقدّم معزوفات جديدة من النفس البتول: منوعات أصيلة على أنغام حبي الخالد لك.

مويجات ترانيمي تتراقص على وقع الإيقاع الكوني لمحيطك اللانهائي، وتدفعني فوق أمواج الغبطة العارمة نحو شواطئك القصوى.

أيا ترنيمة البحار ذات الصفاء والسكون، رنـّمي لي بصوت خفيض أغنية الشوق للأم الإلهية الأزلية.

وأيا أنشودة الحب الخالد! هزّي لي في سرير النغم ودعي الكرى يكحل عينيّ فيما أنعم بالسلام على صدر أمي الإلهية الحنون.

من سرداب الذكرى أخرجتُ الكنز المقدس بما فيه من مستندات وتعهدات ممنوحة لي منك، فاستبدلتها بذهب المحبة وبنيت بها، فوق مساحة شاسعة من روحي، قصراً منيفاً يليق بعرشك المجيد. والآن أنتظر تشريفك.

أيها االضيف الرباني المهيب ذو الروعة والجلال، الآن أحس باقترابك من عرش قلبي المرصع بالإبتهاج الأعظم.

شذراتٌ من أحلامي الألماسية الحطيمة، المطمورة تحت أكداس من الظلام المتقادم، تتألق من وهج زيارتك.

ومن كياني المنتشي تنساب أناشيد الشكران الصامتة في سيل متواصل.

تقبـّل أكاليل الترحيب التي ضفرتها خصيصاً لك من زهور وورود إخلاصي الأبدي!

في روضة قلبي

نحلة عقلي تطير إلى روضة قلبي المنعزلة، المهفهفة بنسيم محبتي والمزدانة بلآلئ ندى عذوبتك.

لقد استنبتُّ لك زنابقَ رائعة من التمييز الروحي ونرجساً أصفر لاستيعاب دموع توبتي، وبنفسجات رقيقة حالمة بالتواضع، وأقاح واسعة لمدركات الروح.

لك تقدّم أشجار أفكاري فواكه شهية من الابتهالات العاطرة، بأكفٍ متواضعة من الغصون الغضة الندية.

وفي حديقة قلبي تحوم نحلة أفكاري منتشية وسط تقدمات الرحيق النقي لك.

أبواب مشرّعة

يا رب، عندما كنت كفيفاً لم أعثر على باب واحد يفضي إليك.

لقد شفيتَ عينيّ، والآن أكتشف أبواباً مشرّعة في كل مكان:

في قلب الزهور، وأصوات الصداقة، وذكرى الإختبارات النبيلة المحببة. كل خلجة من ابتهالاتي تفتح معبراً جديداً إلى معبد حضورك الرحيب!

أنشودة روحي

في نحيب الكمان، وطنين القيثارة وهمس أفكاري الناشجة سمعت صدى أنغامك، فأسدلتُ ستارة الأصوات الأرضية الكثيفة وأصغيت منتشياً لصوتك الأثيري أيها المنشد الإلهي.

أيا لحن روحي السحري، أخيراً استمعت إليك.

لقد أيقظتني من سباتي القديم.

وها أنا أضع على مذبحك القدسي باقات ألحاني المشتاقة وأنغامي التوّاقة إليك.

والسلام عليكم

نجاح روحي بامتياز

"إنك تغفل مقررات الفلسفة في كتبك المدرسية. وعلى ما يبدو أنك تعتمد على "بصيرة" تساعدك على اجتياز الامتحانات دون بذل المجهود اللازم. ولكن ما لم تدرس بكيفية عملية وفعالة فسأتأكد بنفسي من رسوبك في هذه المادة."

خاطبني بهذه الكلمات الصارمة البروفسور جوشال الأستاذ بكلية سيرامبور (الهند). فرسوبي في امتحانه التحريري الأخير يعني عدم تمكني من حضور الامتحانات النهائية لجامعة كلكتا التي كانت قد ضمّت كلية سيرامبور إليها كأحد فروعها. والقاعدة المعمول بها في الجامعات الهندية تقضي بأن الطالب الذي يسقط في إحدى مواد الامتحانات النهائية لفرع الآداب يتعين عليه إعادة السنة التالية في جميع المواد.

وقد اعتاد أساتذتي في سيرامبور أن يعاملوني بلطف وببعض الدعابة بقولهم: "إن موكندا (برمهنسا) ثمل أكثر من اللزوم بالروحيات." وهكذا كانوا يجنبونني الإحراج في محاولة الإجابة على الأسئلة في الفصول الدراسية، إذ كانوا واثقين من أن الامتحانات التحريرية النهائية كفيلة بشطب إسمي من لائحة المتقدمين للبكالوريوس. أما انطباع زملائي الطلبة عني فكان يتلخص في إطلاقهم عليّ لقب "الناسك المجذوب."

وقمت بخطوة ذكية لإحباط تهديد البروفسور جوشال لي بالرسوب في مادة الفلسفة، إذ قبيل إعلان النتائج النهائية طلبت من أحد زملائي مرافقتي إلى مكتب الأستاذ قائلا:

"تعال معي فإنني أريد شاهداً، وسيخيب ظني إن لم أكن قد تغلبت فعلا على الأستاذ."

هزّ البروفسور رأسه بعد أن سألته عن الدرجة التي أعطاها لإجاباتي، وقال بنغمة الواثق المنتصر وهو يفتش في كومة الأوراق الكبيرة فوق مكتبه: "لستَ من الناجحين، فورقتك ليست بين الأوراق. وعلى أية حال فقد رسبت بسبب عدم حضورك الامتحانات."

ابتسمت وقلت:

"سيدي لقد حضرت الإمتحانات، فهل تسمح لي في البحث عن ورقتي بنفسي؟"

أذن لي البروفسور بارتباك، وسرعان ما أخرجت ورقتي التي كنت قد حذفت منها بعناية كل ما ينبئ عن هويتي باستثناء الرقم السري. وإذ لم يتنبّه الأستاذ لاسمي فقد أعطى درجة عالية لإجاباتي، مع أنها كانت خالية من محتويات الكتب المدرسية!

ما أن أدرك حيلتي حتى صاح قائلا: "تباً للحظ الوقح!" ثم أضاف مؤمّلاً: "لا بد أن ترسب في الامتحانات النهائية."

أما بالنسبة للامتحانات في المواد الأخرى فقد حصلت على بعض المساعدة، بصورة خاصة من ابن عمي وصديقي العزيز براباس. وقد ترنحت بألم ولكن بظفر في باقي الامتحانات النهائية وحصلت على الحد الأدنى للنجاح.

والآن وبعد أربع سنوات من الدراسة في الكلية أصبحت مؤهلاً للجلوس لامتحانات البكالوريوس، غير أنني بالكاد توقعت هذا الامتياز. فالامتحانات النهائية لكلية سيرامبور كانت سهلة للغاية مقارنة بالامتحانات الصارمة لجامعة كلكتا التي ينبغي اجتيازها للحصول على الدرجة الجامعية. وفي الواقع لم تترك لي زياراتي اليومية لمعلمي سري يوكتسوار متسعاً من الوقت

للظهور في القاعات الجامعة. وقد كان حضوري يثير دهشة زملائي أكثر من غيابي!

وكان الروتين الذي اتبعته يومياً تقريباً هو ركوب دراجتي حوالي التاسعة والنصف صباحاُ والتوجه إلى صومعة معلمي، حاملاً في يدي تقدمة لسري يوكتسوار: بضع زهرات من حديقة النزل (بيت الطلبة). وكان معلمي يحييني ببشاشة ويدعوني للغداء فأقبل دعوته بسرور بالغ لأتخلص من التفكير بالجامعة والمقررات الدراسية. وبعد ساعات مع سري يوكتسوار والإصغاء إلى فيض حكمته النادرة أو القيام بواجبات المنسك، كنت أرتحل على مضض حوالي منتصف الليل عائداً إلى مقري. وأحياناً كنت أقضي الليل بطوله مع معلمي مستغرقاً بسرور في أحاديثه النيّرة، ونادراً ما كنت ألحظ تبدّل عتمة الليل إلى نور الفجر.

وحوالي الساعة الحادية عشرة من إحدى الليالي، عندما كنت على وشك مغادرة الصومعة، سألني المعلم بجدية:

"متى تبدأ امتحانات البكالوريوس؟"

أجبته: "بعد خمسة أيام من الآن يا سيدي."

قال: "أرجو أن تكون مستعداً لها."

وشعرت بجزع وهلع شديدين، فقلت محتجاً:

"سيدي، إنك تعلم جيداً أن أيامي قضيتها معك لا مع أساتذة الجامعة، فكيف يمكنني تعريض نفسي لمهزلة حضور الامتحانات النهائية الصعبة؟"

فرمقني سري يوكتسوار بنظرة حادة وقال بفتور ولكن بحزم: "بل يجب أن تحضر الامتحانات كي لا نعطي أباك والآخرين فرصة لانتقادك بسبب تفضيل حياة الصومعة على الجامعة. عِدني بأن تحضر الامتحانات وأن تبذل قصارى جهدك في الإجابة على الأسئلة."

وانهمرت على وجهي دموعي التي لم أتمكن من حبسها، وشعرت أن طلب المعلم لم يكن منطقياً وأن اهتمامه جاء متأخراً. فقلت في غمرة من التنهد والبكاء:

"سوف أحضر إن كانت هذه هي إرادتك، ولكن لم يبق ما يكفي من الوقت للتحضير الصحيح." وأضفت بيني وبين نفسي: " سأملأ الصفحات بتعاليمك إجابة على الأسئلة!"

وحينما دخلت المنسك كالمعتاد في اليوم التالي قدمت باقة الورد بوقار واكتئاب، وقد ضحك سري يوكتسوار من حالتي التعيسة وقال:

"هل حدث وأن خيّب الله رجاءك في امتحان أو في أي أمر آخر؟"

فأجبته بحماس وقد ومضت في ذهني ذكريات سارة عن العون الإلهي: "لا والله يا سيدي."

فاستطرد المعلم: "ليس الكسل بل الشوق الإلهي المتأجج هو الذي صدك عن طلب الشرف الجامعي."

وبعد برهة من الصمت استشهد قائلا: (من توكل على الله كفاه.) "اطلبوا أولاً ملكوت الله ومشيئته، فيزيدكم الله من نعمه ويزودكم بكل ما تحتاجونه".

وأحسست بثقل الهم ينزاح عن كاهلي في حضرة المعلم. وعندما انتهينا من تناول غدائنا المبكر اقترح عليّ المعلم العودة إلى النزل قائلا:

"هل ما زال صديقك روميش يقيم في النزل؟"

قلت: "نعم يا سيدي."

قال: "اتصل به وسوف يلهمه الله كي يساعدك في الامتحانات."

أجبت: "سأفعل يا سيدي، ولكن روميش منهمك بكيفية غير عادية. فهو طالب الشرف في مجموعتنا ويحمل عبئاً دراسياً أثقل مما يحمله سواه من الطلبة."

لم يلق المعلم بالاً لاعتراضي بل قال: "سيجد روميش وقتاً من أجلك. انطلق الآن على بركة الله."

ركبت دراجتي وقفلت راجعاً. وكان شيخ الطلاب روميش أول من قابلته في فناء النزل. وكما لو كان لديه الوقت الكافي لمساعدتي فقد قبل التماسي عن طيب خاطر قائلا:

"ابشر يا موكندا، فأنا في خدمتك."

وصرفَ ساعات عديدة بعد ظهر ذلك اليوم وفي الأيام التالية في تدريبي على المواد المختلفة، ثم نصحني قائلا:

"أعتقد أن أسئلة عديدة في الأدب الإنكليزي ستكون هذه السنة حول تشايلد هارولد، وينبغي أن نحصل على أطلس فوراً."

انطلقت مسرعاً إلى بيت عمي واستعرت أطلساً حيث قام روميش بالتأشير في خريطة أوروبا على الأماكن التي زارها رحّالة بايرون الرومانسي.

والتف حولنا فريق من الزملاء للإنصات إلى الدرس، وقد علـّق أحدهم أخيراً بقوله:

"إن روميش ينصحك خطأ، لأن 50% فقط من الأسئلة تدور عادة حول الكتب، ويكون النصف الآخر منها عن حياة المؤلفين."

ولكن حينما جلست في اليوم التالي لامتحان الأدب الإنكليزي وألقيت النظرة الأولى على ورقة الأسئلة انهمرت دموع الشكر من عينيّ وبللت الورقة. وقد اقترب مني مراقب الفصل واستعلم بتعاطف عن السبب، فأجبته موضحاً:

"لقد تنبأ معلمي العظيم بأن روميش قادر على مساعدتي. أنظر، فالأسئلة التي اقترحها عليّ روميش هي نفسها الواردة

في ورقة الامتحان. ولحسن حظي فالأسئلة قليلة هذا العام عن المؤلفين الإنكليز الذين تعتبر حياتهم بالنسبة لي سراً مغلقاً!"

وعند عودتي علا الضجيج في النزل، ونفس الشباب الذين سخروا من طريقة روميش كادت الآن تهانيهم تصم أذني. وصرفت خلال أسبوع الامتحانات ساعات طويلة مع روميش الذي كان يصوغ الأسئلة التي يحتمل أن يضعها الأساتذة. ويوماً بعد يوم ظهرت أسئلة روميش بنفس الكلمات تقريباً في أوراق الامتحانات.

وانتشر النبأ في الجامعة على نطاق واسع بأن شيئاً يشبه المعجزة يحدث فيها، وبأن نجاح "الناسك المجذوب" الشارد الذهن أصبح محتملا. ولم أحاول إخفاء حقيقة الأمر، وعجز الأساتذة المحليون عن تغيير الأسئلة التي وضعتها جامعة كلكتا.

وعندما فكرت ملياً في امتحان الأدب الإنكليزي تحققت ذات صباح أنني ارتكبت خطأً جسيماً. فأحد الأسئلة كان ذا شقين: (أ) أو (ب) و (ج) أو (د). وبدلاً من الإجابة على سؤال واحد من كل شق فقد أجبت عن السؤالين في الشق الأول، دون أن ألقي بالاً للشق الثاني. ولما كانت أقصى علامة يمكن أن أحصل عليها في تلك الورقة هي 33 التي تقل 3 علامات عن أدنى درجات النجاح وهي 36، فقد هرولت إلى المعلم أندب حظي العاثر أمامه، قائلا:

"يا سيدي، لقد ارتكبت خطأً لا يُغتفر، ولست جديراً بالنعم الإلهية التي أتتني عن طريق روميش."

فأجابني المعلم: "اطمئن يا موكندا ولينشرح صدرك."

وكانت نغمة سري يوكتسوار مرحة وخالية من القلق. ثم رفع يده نحو السماء وقال: "إن تبادُل الشمس والقمر لمساريهما في الفضاء هو أكثر احتمالاً من عدم حصولك على شهادتك الجامعية."

غادرت المنسك أكثر اطمئناناً، مع أن النجاح بدا لي مستحيلاً من الناحية الحسابية. وقد تطلعت بتوجس أكثر من مرة صوب السماء فرأيت سيدة النهار مستقرة بثبات في مدارها المعتاد!

وعندما وصلت النزل سمعت أحد الزملاء يقول: "لقد بلغني فوراً أن درجة النجاح في الأدب الإنكليزي قد تم تخفيضها للمرة الأولى هذا العام."

دخلت مسرعاً، في حالة اهتياج إلى حجرة الشاب واستوضحت حقيقة الأمر بانفعال كبير. فتفحصني وأجابني ضاحكاً:

"يا أبا الشعر الطويل، لمَ كل هذا الاهتمام المفاجئ بالشؤون الدراسية؟ ولمَ كل هذا الانفعال في اللحظة الأخيرة؟ ومع ذلك فقد خـُفضت درجة النجاح فعلاً إلى 33 فقط."

ونقلتني قفزات سارة إلى حجرتي حيث جثوت على ركبتيّ وشكرت الله على حسابه الكامل وفضله الشامل. وشعرت بقوة روحية توجهني بجلاء عن طريق روميش. وقد حدثت مصادفة هامة بالنسبة لامتحان البنغالية. فروميش الذي لم يساعدني بتلك المادة طلب مني العودة ذات صباح حينما كنت على وشك مغادرة النزل إلى قاعة الامتحان.

وصاح بي أحد زملائي: "إن روميش يناديك، لا تعد وإلا تأخرنا."

تجاهلت نصيحة ذلك الزميل وهرولت عائداً إلى حيث روميش الذي أخبرني قائلا:

"إن امتحان البنغالية عادة ما يجتازه الطلبة البنغاليون بسهولة، لكن خطر في بالي أن الأساتذة هذا العام ينوون (ذبح) الطلبة بأسئلة من الكتب المقررة." ثم شرح لي صديقي في إيجاز حادثتين من حياة بحر العلوم فيديا ساغر المحسن الإنساني الكبير الذائع الصيت في القرن التاسع عشر.

شكرت روميش وانطلقت بدراجتي إلى فناء الكلية، وقد جاءت ورقة الامتحان في البنغالية مطابقة لقوله، إذ احتوت على قسمين كان أولهما: "اذكر حادثتين اثنتين من أعمال الخير المنسوبة إلى بحر العلوم فيديا ساغر. " وإذ نقلت إلى الورقة المعرفة الجديدة التي حصلت عليها (عن طريق روميش) فقد حمدت الله على إصغائي له في اللحظة الأخيرة. فلو بقيت جاهلاً بإحسان بحر العلوم للبشر (وأنا الآن من بينهم طبعا!) لما تمكنت من اجتياز الامتحان بالبنغالية.

أما السؤال الثاني من الورقة فكان كالآتي: "اكتب مقالا بالبنغالية عن حياة الشخص الذي ألهمك أكثر من سواه." ولست في حاجة أن أخبرك أيها القارئ الكريم عن هوية الرجل الذي اخترته لموضوعي. فإذ ملأت الصفحة تلو الأخرى بالثناء على معلمي ابتسمت لتحقق قولي عندما أكدت لنفسي: "سأملأ الصفحات بتعاليمك!"

لم أشعر بالحاجة لطلب المساعدة من روميش في مادة الفلسفة. فإذ كنت أثق بتدريبي الطويل على يدي سري يوكتسوار فقد تركت جانباً – باطمئنان – شروح الكتب المدرسية، وكانت درجة الفلسفة أعلى الدرجات التي أعطيت لأوراقي. أما مجموع ما حصلته في باقي المواد الأخرى فكان كافياً للحصول على درجة النجاح.

ومن دواعي السرور أن أذكر هنا أن صديقي الكريم روميش فاز في الامتحان بامتياز.

وغمرت الابتسامات وجه والدي لتخرجي، وقال معترفاً: "بالكاد كنت أتصور نجاحك يا بني. فأنت تصرف الكثير من الوقت مع معلمك." وبالفعل كان معلمي على دراية بانتقاد أبي الذي لم يجاهر به.

ولسنوات عديدة كنت أشك في قدوم اليوم الذي سأضيف فيه إلى اسمي لقب البكالوريوس. وقلما استعملت هذا اللقب دون التفكير بأنه كان هبة مقدسة مُنحت لي لأسباب غامضة.

وأحياناً أسمع خريجي الجامعات يقولون أن قسطاً ضئيلا مما حصّلوه من معلومات بقي معهم بعد التخرج. وهذا الاعتراف من جانبهم يعزيني أيضاً بسبب قصوري الأكاديمي الذي لا ريب فيه.

في ذلك اليوم من شهر يونيو/حزيران 1914 الذي حصلت فيه على شهادتي من جامعة كلكتا انحنيت أمام معلمي لأشكره على البركات التي فاضت من حياته وغمر بها ذاتي، فأنهضني مداعبا وقال:

"انهض يا موكندا. لقد وجد الله أنه من الأسهل له أن يجعلك خريجا جامعيا من أن يعيد من جديد تنظيم مسار الشمس والقمر!"

مذكرات يوغي: السيرة الذاتية Autobiography of a Yogi

حِكم وأشعار وحكايات للمعلم
برمهنسا يوغانندا



تلك القوة الإلهية
ستعضدكم وتقوّيكم
مثلما عضدتني وأمدتني دوماً بالقوة.
أتكلم بهذه الحقائق من تجربتي الشخصية
ولو لم أختبر هذه الأمور في حياتي
لما تمكنت من الحديث عنها.
إنني أحيا بالإيمان بالله
الله هو قوّتي
ولا أؤمن بقوة غير قوة الله
وعندما أركّز على تلك القوة المباركة
توافيني وتعمل من خلالي

عندليب السماء
إلهي..
أنا عندليبك الصاعد إلى سموات حضورك الكوني
في بحث دائم عن قطرات غيث حقيقتك.
لقد ابتهلتُ لك بثقة عميقة
كي ترسل من غيوم الصمت القاسية زخّـات رحمتك.
وإذ كنتُ في منتهى العطش
فقد تلقفت بشوق كل نقطة مقدسة من إدراكي لك.
آه كم تحرّقتُ لأحس بحضورك في داخلي ومن حولي!
لم ينطفئ عطشي المزمن إلا عندما برّدتْ لمستك
نفسي المضطرمة وكياني المتأجج حماساً.
لقد انقضى موسم جفاف اليأس والقنوط
وتلاشت يبوسة المنغصات لدى انهمار مطر سلامك.
والآن أحوم بهدوء وأحلـّق مترنماً بأناشيد القناعة والرضى.
أنا عندليبك الذي لا يشرب سوى مياه عزائك
المنحدرة بلا انقطاع من علياء وجودك.
* * *
الكلمة المفتاحية بالنسبة لمعظم الناس في هذه الحياة هي "أنا".
ذو الطباع والميول الروحية يفكر بالآخرين مثلما يفكر بنفسه.
الذين لا يفكرون إلا بأنفسهم يجلبون لأنفسهم عداوة وسخط الناس
من حولهم. أما الذين يراعون مشاعر ومصالح الغير فيجدون أن
الآخرين يفكرون بهم ويراعون مشاعرهم.
إن كان هناك مائة شخص في بلدة ما، وكل واحد يريد أن يأخذ من
الآخر فسيكون لكل واحد تسعة وتسعون خصماً. أما إن كان كل واحد
يحاول مساعدة الآخر فسيكون لكل واحد تسعة وتسعون صديقاً.

لقد عشت بتلك الكيفية ولم أفقد شيئاً بمقاسمة ما لديّ مع الآخرين.
بل أن كل ما أعطيته عاد إليّ مضاعفاً من فضل اللهً. والآن لا أتشوق
لشيء لأن ما أملكه في أعماقي أكبر وأثمن من أي شيء يمكن أن
يمنحه لي العالم. ما يجدّ الإنسان في طلبه هو تحقيق السعادة
ومتى امتلك السعادة تنعدم الحاجة إلى الظروف الموصلة إليها.
ضماني في هذا العالم هو مشاعر الناس الطيبة نحوي. فإن تمكن المرء من العيش في قلوب أحبته وأصدقائه فهذا هو الغنى الحقيقي.
يجب أن نحاول التواصل مع الله في هذه الحياة. لقد حصلنا على كيان بشري ومُنحنا العقل وحرية الاختيار ولذلك يتوجب علينا استخدام هذه الهبات للعثور على الله.
عندما نكون إيثاريين نصبح سعداء. وإن انتهجنا هذا السبيل سيتأثر
الآخرون من حولنا بسلوكنا ويحاولون محاكاتنا. يجب التخلص من
الأنانية التي هي علة كل الشرور الفردية والإجتماعية.
كيف ولماذا تبدأ المشاكل
كل إنسان يسعى – بوعي منه أو بغير وعي - للتوصل لقناعة ذاتية بأنه لا يُقهر وغير قابل للفناء. وفي كل طموحاته الخارجية، سواء عن طريق العلم أو التجارة أو الطب أو أي من مناحي الحياة الأخرى – يسعى الإنسان لتحقيق السلام والأمن لنفسه والتحرر من المعاناة وبلوغ السعادة الدائمة.
لا بأس من ذلك، بل هذا حقه وميراثه الطبيعي الذي يريده له خالقه شرط أن يريد نفس تلك البركات أيضاً لغيره مثلما يريدها لنفسه.

هذا من ناحية، ومن ناحية أخرى فإن معظم الناس يحاولون تحصيل ذلك الميراث اللامحدود واللامتناهي عن طريق وسائل محدودة ومتناهية.

إن إنجازات الإنسان ستتعزز وتكتسب استحقاقاً أكبر لو أنه – بالإضافة إلى اكتشاف العالم قام أيضاً بالمجهود اللازم لاستكشاف الإمكانات والقوى الروحية في داخله!

ما من شك أن التقدم المادي يستحق الإعجاب، لكن ما من قدر من النجاح الخارجي وحده سيمنح الإنسان الرضاء والأمن الداخليين اللذين يجدّ في طلبهما.

لقد ساعد العلم في القضاء على الكثير من الأوبئة التي هددت الأجيال السابقة وساعد على ابتكار أساليب متطورة للإنتاج، قادرة على القضاء على الجوع والفقر. لكن مع كل ذلك من الصعب الإحتفاظ بالتوازن الصحيح في هذا العالم بالإعتماد على الإنجازات المادية وحسب.

يحرز الإنسان تقدماً في مجال ما فيُفاجأ بظهور مشاكل غير متوقعة تنغص عليه إنجازاته.

هذا لا يعني أنه لا ينبغي للانسان أن يحاول إيجاد حلول لمشاكله عن طريق الوسائط الخارجية، إنما المقصود هو التوازن وعدم الجنوح إلى جانب واحد على حساب الجانب الآخر.

لقد وهب الله الإنسان العقل وقوة الإرادة، ولا بد من استخدامهما لتحسين ظروفه في العالم.. وفي الوقت الذي تُبذل فيه الجهود الطيبة يتعين إدراك المصدر الداخلي للقوى والذكاء والتناغم مع ذلك المصدر لأن الإخفاق في ذلك التوافق هو السبب من وراء مشاكل الإنسان وأخطائه.

لا يمكنك أن تجلس في مكانك وتتوقع أن يهبط النجاح عليك. بعد أن تحدد مسارك وتفعّل إرادتك يجب أن تبذل مجهوداً عملياً وستجد عندها أن كل ما تحتاجه للنجاح سيوافيك تباعاً وأن كل شيء سيدفعك في الاتجاه الصحيح. في إرادتك المشحونة بالإرادة الإلهية الاستجابة لابتهالاتك، لأنك عندما تستخدم تلك الإرادة ستفتح الباب الذي من خلاله سيستجاب دعاؤك.

لقد امتلك الإنسان الخبرة في ميادين العلم والتكنولوجا والطب ومجالات أخرى مكّنته من توفير أساليب الراحة، لكن هذا

لا يعني أن بمقدوره الإستغناء عن خالقه وإلا تفقد الإنجازات قيمتها وستبدأ المشاكل الإجتماعية والأسرية والسياسية والبيئية بالظهور والإنتشار، لأن الإنسان باعتماده التام على الأمور الخارجية يفقد الحكمة التي تمكّنه من التعامل مع الطاقات الهائلة التي أطلقها باستخدام الأساليب والوسائل العلمية. ونتيجة لذلك تصبح الحياة شديدة التعقيد بالنسبة له بحيث يتعذر عليه التعامل معها، بل وتصبح مصدراً للقلق وعدم اليقين.

* * *

يجب أن يحيا الشخص بكل أفكاره ومشاعره وبصيرته وأن يكون يقظاً ومتنبهاً لكل ما يدور حوله تماماً كالمصور البارع الذي يتحين أنسب الفرص لالتقاط أروع الصور لأبهج المناظر.

سعادة الإنسان الحقيقية تكمن في استعداده الدائم للتعلم والتصرف السليم والمحترم. وكلما قوّم نفسه كلما ساعد في ترقية الآخرين من حوله وإسعادهم.

قلائل هم الذين يحللون أوضاعهم ويقررون ما إذا كانوا يتقدمون على الطريق أم يرجعون القهقرى.

وككائنات بشرية مزودة بالإدراك والحكمة والفهم فواجبنا الأكبر توظيف حكمتنا ومدركاتنا بطرق صحيحة حتى نعرف ما إذا كنا نتقدم للأمام أو نعدو للخلف. وإن داهمنا الفشل على نحو متكرر فيجب أن لا نيأس ولا نفقد الأمل. الفشل يجب أن يعمل كمحفـّز لا كمثبّط لنمونا المادي والروحي.

* * *

المتاعب والمضايقات تحدث بسبب عدم دراية الإنسان بأعماله الماضية التي قام بها في مكان ما وفي زمن ما. فمعاناته الحالية ناجمة عن أفكار وأفعال صدرت عنه فتجسّدت بذوراً تغلغلت في تربة الوعي فأنبتت نبتاً وأخرجت ثمراً من نوع الأفكار التي أطلقها والأفعال التي قام بها.

* * *

أفضل تحضير لحياة أفضل

إن أردنا أن نستمتع بالحياة فالوقت هو الآن.. ليس غداً ولا في العام القادم ولا في تجسد آخر بعد الموت. إن أفضل تحضير لحياة أفضل في السنة المقبلة هو أن نحيا حياة مثمرة وتوافقية

وذات معنى في هذا العام. إن إيماننا بحياة مستقبلية أعظم إنجازاً وأعمّ سعادة لا قيمة له ما لم نترجمه على أرض الواقع الآن. فاليوم.. يجب أن يكون بالنسبة لنا الأهم والأكثر معنى في حياتنا.

* * *

على الراغبين في الزواج أن يتعلموا التحكم بعواطفهم وانفعالاتهم ويجب أن تلقّن المدارس التلاميذ هذا الفن، وكذلك تنمية الهدوء وتركيز الفكر. هناك الكثير من البيوت غير السعيدة والأسر الممزقة لأن هذه الناحية الحيوية يتم إغفالها، سواء في البيوت أو المدارس. كيف لشخصين غير منضبطي الميول والأهواء أن يتعايشا معاً بسلام وراحة نفسية؟

في بداية الزواج يُحمل العروسان على بساط من العواطف والإثارة لكن بعد فترة.. عندما تبدأ هذه المشاعر بالتلاشي الحتمي، تبدأ طبيعة الزوجين الحقيقية بالظهور، ومعها الشجار والخلاف والمهاترة وخيبة الأمل. القلب يلزمه الحب الحقيقي والصداقة، وعلاوة على كل شيء يحتاج إلى الهدوء والسلام. عندما يتحطم السلام بفعل الانفعالات العنيفة يتصدع ركن هام من أركان الزواج.

* * *

الأعضاء والمشاعر تحتاج إلى جملة عصبية سليمة كي تحتفظ بصحتها وحيويتها ورهافتها. وللإحتفاظ بالجملة العصبية في حالة جيدة من المهم التحرر من العواطف المدمرة مثل الخوف والغضب والجشع والحسد.

* * *

سعادتك هي نجاحك فلا تدع أحداً يسلبك سعادتك.

احمِ نفسك من أولئك الذين يحاولون إزعاجك. عندما كنت صغيراً كنت أضيق ذرعاً بالذين يختلقون عني إشاعات لا صحة لها لكنني أدركت فيما بعد أن رضا ضميري أهم بكثير من رضا الناس عني.

الضمير هو إدراك حدسي يسجل بأمانة ودقة أفكار الإنسان ودوافعه. عندما يكون الضمير راضياً ويدرك الشخص أنه يفعل الصواب فلن يخيفه شيء. الضمير النقي هو شهادة استحقاق

من الله. ومن يتمتع بنقاء الضمير يسعد بحياته ويحصل على بركات ورضا الله.

* * *

كل كلمة يتلفظ بها الإنسان يظل مفعولها راسخاً في الدماغ والعقل. وعندما تغادر روح الإنسان جسده بالموت سيتوقف دخولها إلى عالم آخر على الحكم الذي تصدره (كارماه أي نتائج أعماله) المتحصلة من الكلام الصالح أو الشرير.

الكلام الطيب الصادر عن فكر نبيل سيخترن نتائج حسنة للروح، في حين الكلام الشرير المدفوع بالعادات السيئة سيكنز كارما karma شريرة أو نتائج رديئة للنفس.

الكلمة مركبة من ثلاثة اهتزازات: اهتزاز سببي أو فكري، واهتزاز حركي أو كوكبي، واهتزاز مادي أو مظهري.

في كلمة "السلام" ثلاثة اهتزازات مميزة:

1. اهتزاز الفكر أو الإرادة عند نطق كلمة "السلام"

2. اهتزاز الطاقة في الدماغ والحبال الصوتية واللسان المدفوع بالإرادة عند نطق كلمة "السلام"

3. اهتزاز الحبال الصوتية والتأثير الجسدي عن نطق كلمة "السلام"

لذلك فإن كل كلمة صالحة أو شريرة تترك اهتزازاتها أي آثارها في الجسد أو الدماغ وفي طاقة الحياة والفكر على هيئة ميول ورغبات. وعلى هذا الأساس فإن اهتزازات كل الكلام تترك ميولاً صالحة أو رديئة في الفكر.

إن الذي تخلص من دوافع تشويه الحقيقة يؤسس في داخلة قوة هائلة بحيث لا يشهد زوراً ويكون كل كلامه صائباً.

با ركني يا رب حتى أستخدم صوتي لخدمة الحقيقة من خلال نطق الكلام العذب والنافع والمنعش.. واعزف ألحانك الخالدة على ناي حياتي حتى أتبارك باهتزازت أنغامك القدسية.

* * *

البطانية السابحة

في إحدى المرات كان صديقان يتمشيان على ضفة النهر فأبصرا ما بدا لهما بطانية عائمة، ألقى أحدهما بنفسه في النهر وسبح حتى وصل إلى "البطانية".

لكنه تأخر في العودة إلى الضفة، وقد لاحظ صديقه أنه يجد صعوبة في معالجة "البطانية" وأنها سبب تأخر عودته فصاح به قائلاً:

لماذا لا تتركها وتعود؟

فأجابه صديقه: هذا ما أحاوله ولكن البطانية تتشبث بي ولا تسمح لي بالإفلات والعودة.

ولفرط دهشته أدرك بعد فوات الأوان أن ما ظنه بطانية لم يكن سوى دب سابح.

هذه القصة أجدها ذات دلالات وتنطبق على جوانب كثيرة من حياة الإنسان. وأرى أن المقصود منها هو التبصر وعدم الإندفاع إلى ما قد لا تحمد عقباه.

هذه البطانية قد تكون مجرد مفهوم عائم في نهر الفكر يتحول عند اكتماله إلى استحواذ طاغٍ يصعب السيطرة عليه..

أو قد تكون عادةً ضارة ما أن تترسخ في الدماغ حتى تضرب أطنابها وتمد جذورها وتصبح جزءاً لا يتجزأ من كيان المرء فيصبح أسيراً في قبضتها.

أو قد تكون استهواءً من نوع آخر.. استثمار في غير أوانه ومحله يؤدي إلى خسارات كبيرة، مادية ومعنوية..

أو قد تكون أيديولوجية تبدو منطقية وعملية فيعتنقها الشخص ويدرك بعد تغلغلها في كيانه أن مخبرها يختلف كثيراً عن مظهرها..

أو قد تكون توجهاً أو انجرافاً غير محسوب العواقب..

أو قفزة في الظلام..

ولذلك قيل: قدّر لرجلكَ قبل الخطو موضعها.

* * *

منتهى الترحال

طويلاً تعثـّرتُ على دروب الشكوك الملتوية
وعبرتُ وهاداً خيالية فصلتني عنك دهوراً مديدة
وقطعتُ صحاري لا عد لها
وتعقبتُ مطامحَ كثيرة
وأخيراً حررتُ نفسي
من دوامات الحزن واللذة

فأكملتُ رحلتي وبلغتُ منتهى مسيرتي.
والآن أنظر بسرور إلى آلامي الماضية
إذ من كل صخرة من صخور عذاباتي القديمة
تتفجر عين من دموع الغبطة.
وفي تلك المياه المقدسة
لعبرات حبي لك أطهّر ذاتي كل يوم.
* * *
فيما مضى كان عندي مصباح سري.
وبتلهف كنت أرسل شعاعاً خاطفاً حولي
في سكينة الظلمة الداخلية.
كثيراً ما أبصرت أسماكاً صغيرة لأفكار خلاقة
وقد علقت في السطوع المباغت.
هذه استخدمتها كطعم
لاقتناص كائنات أكبر في لجج وعيي
ولكن العديد منها أُفلت
خلف دائرة الضوء الصغيرة.
من مريديك الكاملين
الأغنياء بالأناشيد الفضية والأحلام الذهبية
وبنقود المحبة ابتعت شباكا مشعة نيّرة لمدركات الروح
وصنعت منها شبكة جبّارة من النسيج النوراني
فاكتسحت محيط حكمتك بحثا عنك
وكان الصيد وافراً وثميناً!
إذ غنمتُ أسراباً من المشاعر الطيبة والسعيدة
وكنوزاً من الذكريات المقدسة المفقودة
وعلاوة على هذا وذاك
فقد عثرت عليك
وأمسكتُ بك يا كنز الكنوز!
* * *
في أيام صيف الحياة
أستجمعُ الرحيق الوجداني
من زهور المزايا العذبة
التي تنبت في بساتين النفوس الطيبة

واختزن في قلبي
العصارة المستقطرة
من رياحين التسامح الباسقة
وبراعم التواضع ذات الشذى الناعم
والنوّارات النادرة للأفكار اللوتسية الغضة.
وعندما تنهمر حولي
ثلوج تجارب الشتاء الباردة
والفراق الأرضي الأليم
ألتمس الدفء والسلوى
في الرحيق المختزن في خلية قلبي.
في تلك الخلية المباركة بحضورك
غالبا ما أجد النحلة الإلهية
ترتشف حلاوة أشواقي المعتـّقة
فأشعر بالطمأنينة والبهجة والعزاء.
* * *

إنني أؤمن بإخوة البشر وبالمحبة الشاملة والفهم والتعاون بين الناس على تخفيف أعباء الحياة أحدهم عن الآخر.

يجب إدخال أهداف عالمية نبيلة إلى هذا العالم وانتهاج مُثل ترتقي بالإنسان إلى مستويات عالية.. تهذب أفكاره وتشذب رغباته وتصقل مواهبه السامية.

وهذه يمكن تفعيلها بالقدوة الروحية والمناهج الجيدة لا بالقوة الغاشمة والحروب الطاحنة. فالقوة السياسية خطيرة دون مبادئ روحية تتحكم بها وتسيّرها.

عندما أشير إلى المبادئ الروحية فلا أعني بذلك مذاهب أو طوائف بعينها أو انتماءات معتقدية محددة بل ما أقصده القوانين الكونية: نواميس البر والفضيلة التي تنطبق على الجميع وتجلب لهم الخير والرفاهية والسلام.
* * *

لماذا يصرف الإنسان وقته بحثاً عن فتات من الحب البشري وحفنة من المال وهذا الشيء أو ذاك، في الوقت الذي يستطيع فيه العثور على كل شيء في الله الذي هو مصدر كل حب وقوة؟!

إنما يجب ألا نطلب الله طمعاً في القوة بل رغبة في المحبة. عندها سنعثر على الكنز العظيم. وعندما نحب الله محبة قلبية عميقة يستجيب لنا ونحس بحبه ينبض في قلوبنا.

الحياة تحلو بالتأمل على الله.. وكلما تأمّل الراغب وظل عقله راسخاً في الحالة الروحية أثناء العمل كلما زادت قدرته على الإبتسام. إنني في ذلك الأفق الآن وعلى الدوام.. في الوعي الإلهي المغبوط. لا شيء يؤثر بي. وسواء كنت بمفردي أو مع الآخرين يبقى فرح الله نابضاً دوماً في كياني.

لقد تمكنت من الاحتفاظ بابتسامتي... ونفس تلك الابتسامات موجودة أيضاً في داخلك.. نفس فرح ونعيم الروح موجودان بك. لا حاجة لك لاكتسابهما بل فقط لاستعادتهما. لقد فقدتهما فقداناً مؤقتاً بسبب تحقيق الذات مع الحواس، وبإمكانك استردادهما.

من يعتقد أن الأشياء المادية التي يمكن التمتع بها عن طريق البصر والسمع والذوق والشم واللمس تمنح فرحاً نقياً يخطئ خطأ كبيرا. الحواس لا تمنح الإنسان السعادة بل بالأحرى تسلبه إياها. إن وضعت شروطاً حول سعادتك كأن تقول: "لا يمكنني أن أكون سعيداً ما لم أرَ ذلك الوجه" فلن تتذوق أبداً طعم الغبطة الصافية النقية، لأن المتع الحسية لا دوام لها.

الأيام والأعوام تفعل فعلها المدمر بالجمال الجسدي. كل ما في العالم المادي يخضع لقانون التغيير. وهكذا فلو تمكن الإنسان من رؤية كل الوجوه الجميلة في العالم، ولو استمع لكل الأنغام ولمس كل ما يرغب في ملامسته، لن يعثر مع ذلك على السعادة الحقيقية. ومع ذلك فقد يتوهم بأنه سعيد.

أحياناً بعد أن يكون قد بذل مجهوداً فائقاً للحصول على شيء ما يجد أن لا سعادة في الشيء ذاته. ومع ذلك فإنه يحصل على بعض الرضا جرّاء الجهد الذي بذله في سبيله، ولهذا يفكر بأنه سعيد. لكن هذا النوع من الرضا وقتي وسريع الزوال.

فمن العبث إذاً التفتيش عن السعادة في الحواس. يجب العثور على الفرح الروحي وإظهاره في الكلام وقسمات الوجه. عندما يفعل الشخص ذلك فإن بسمة صغيرة منه ستشحن

الجميع بمغناطيسته المباركة حيثما كان، وسيشعر الآخرون بالسعادة.

لكن الله وحده هو القادر على تغيير القلوب. يجب ألا نعزو لأنفسنا القدرة على فعل الخير. فاعل الخير الأوحد في الوجود هو الله. هذا العالم عالمه. فإن شعرت بقربه وأدركت أنه المتصرف في كل شيء.. وإن رفعت له كل شيء: الأعمال الطيبة وحتى غير الطيبة ستندهش لتجد أن كل أعمالك ستتحول إلى أعمال طيبة.

* *

في اللحظة التي نفكر بها بمودة بشخص آخر يتمدد وعينا ويتسع أفق تفكيرنا. عندما نفكر بجارنا ونبدي تعاطفاً نحوه فإن جزءاً من كياننا يذهب إليه مع تلك الفكرة وليس فقط التفكير هو ما تمس إليه الحاجة بل الإستعداد لتطبيق تلك الفكرة على أرض الواقع.

يجب أن لا نستثني أحداً من دائرة محبتنا {وقريبك مثل نفسك}.. {جارك.. ثم جارك.. ثم جارك..}

في الزواج درس من دروس الإيثار. شخصان يتقاسمان الحياة أحدهما مع الآخر ثم يأتي الأولاد فيتقاسم الأبوان الحياة معهم لكن من الأنانية التفكير بالأسرة الصغيرة فقط لأن الأحبة يفارقوننا يوماً ما وهذا تذكير لنا بأن الغاية من العلاقات البشرية هي توسيع نطاق الوعي بالتضحية من أجل الآخرين ومشاركتهم في الخيرات المادية والمشاعر الودية.

* * *

عندما تنام تقوم بتسكين الأفكار والإحساسات تسكيناً سلبياً، أما عندما تتمكن من تهدئة الأفكار والإحساسات بطريقة واعية بالتأمل تختبر أول ما تختبر حالة من السلام فتشكل عضلات الوجه ذاتها على هيئة ابتسامة تعكس سلام القلب.

ولكن يجب أن تتطلع إلى ما بعد حالة السلام كي تبصر نقاء روحك.

ذلك النقاء الذي لا تشوبه ولا تشوهه الإثارات الحسية أو ردود الفعل التلقائية

الناجمة عن الأفكار المقترنة بالحواس.. والحالة التي تختبرها عندئذ هي غبطة دائمة التجدد.

الأنبياء والقديسون يمتلكون هذا الفرح في قلوبهم على الدوام. وإذ يشعرون بالأمن والطمأنينة المباركة لا تهزهم ولا تهزمهم عواصف الغضب ولا تتطرق إليهم الهموم والمخاوف. وباستخدامهم مِبضع العقل أو البصيرة فباستطاعتهم تشريح أفكارهم أو أفكار الآخرين على مشرحة العقل مع الاحتفاظ بثباتهم وهدوئهم.

في غبطة النفس تنعدم الكآبة كلياً ويبزغ التمييز الروحي في كيان المريد السعيد فيزيده رسوخاً في الذات العليا.

* * *

الإبتسامة الحقيقية هي ابتسامة السعادة الروحية المتحصلة من التأمل والتفكير بالله والإحساس بحضوره.

ابتسامتي تنبع من ابتهاج عميق في كياني.. ابتهاج يمكن لكل إنسان أن يحصل عليه. فهو يشبه أريجاً متضوعاً من قلب وردة النفس المتفتحة. وهذا السرور العظيم يدعو الآخرين للابتراد في مياه الغبطة المقدسة.

هناك أربع حالات يعرفها الشخص العادي:

فهو يشعر بالسعادة لدى تحقيق رغبة ما

ويشعر بالتعاسة إن امتنع عليه تحقيقها.

أما عندما لا يكون سعيداً ولا مكتئباً فيشعر بالضجر.

ولدى تخطي هذه العواطف أو الحالات النفسية للذة والألم والضجر يشعر بالسلام.

السلام حالة مرغوبة جداً ناجمة عن انعدام حالات الحزن واللذة وغياب السأم. وهذه الحالات هي دائمة التماوج على صفحة النفس.

فبعد امتطاء هائج صاخب لموج الألم واللذة بما في ذلك انغماسات متكررة في لجج الضجر

هناك متعة في العوم على صدر بحر السلام الهادئ.

لكن أعظم من السلام هي النشوة الروحية.. غبطة النفس.. منتهى السعادة. إنها فرح متجدد لا يختفي أبداً بل يلازم الروح طوال الأبد.

ذلك الفرح الأعظم يمكن بلوغه فقط بإدراك الحضور الإلهي.

* * *

لدى كل إنسان قدرات كامنة لم يستثمرها بعد. ولديه كل القوى التي يحتاج إليها. العقل بحد ذاته هو قوة عظمى.. ويجب تحريره من العادات والمفاهيم المقيدة البالية.

إن تأثير الكواكب والنجوم على حياة البشر ناجم عن القوى المتداخلة من جذب ودفع بين الكواكب وأجسام البشر.

الأفكار الشريرة تقود صاحبها إلى بيئة شريرة كي يعبّر عن ذاته حسبما يشتهي ويريد. لكن الإنسان يمكنه تغيير فكره ووعيه بقوة الإرادة، ويمكنه بالتالي تغيير بيئته.

أما إن بقي الشخص في بيئة شريرة لفترة طويلة فإن تلك البيئة تبدأ بالتأثير عليه بصورة لاشعورية. ومع مرور الأيام يخسر بالمرة حريته في اختيار بيئة سليمة وصحية ويصبح رهن المؤثرات السلبية للبيئة السيئة.

أما صاحب الإرادة القوية فيتوافق مع الله ولا ينتظر حتى تتفضل عليه الكواكب والنجوم بابتساماتها.. بل يتابع مسيرته كالشهاب الثاقب غير متأثر سوى بنجم الله الهادي الذي هو شمس الشموس ورب الناموس والنفوس.

أحد خيارين

في قديم الزمان عاش زاهد متنسك على ضفاف نهر مبارك، وقد صرف سنوات طويلة من عمره في التأمل العميق لكن للأسف لم تكن جهوده مثمرة ولم يفرح بجني محصول وافر من السلام بالرغم من مجهوده في البحث والتنقيب عن أسرار الحياة ومنابع الغبطة.

ومع أن صاحبنا كان محاطاً طوال الوقت بجو سماوي من حيث المناظر الخلابة والنفوس الطيبة والكتب القيّمة وحلقات الذكر المباركة، ظل عقله مع ذلك يفكر بأنسب الطرق لتشليح الناس وإلحاق الأذية بهم.

ذلك التفكير كان خارجاً عن إرادته وعلى ما يبدو كان ناجماً عن أسباب كارمية موغلة في القِدم. وكلما كان يحاول طرد تلك

الأفكار غير المرحب بها كانت تقتحم عقله بقوة أكبر فتعكر سلامه وتحرمه راحة البال.

أخيراً وعد نفسه قائلا: "سأواصل الدعاء والإبتهال ولن أتوقف حتى أتحرر من هذه الأفكار المقلقة التي تطعن خاصرة سلامي أثناء تأملي."

مرت ساعة، ثم ساعتان والأفكار الشريرة تتوارد على ذهنه كالإعصار فتضرب هيكل تأمله وتهزه هزاً عنيفاً.

أخيراً وبعد انقضاء ثلاث ساعات من المحاولة المضنية، تلاشت الأفكار المزعجة فجأة من عقله وبدلاً منها أبصر في رؤية جميلة ولياً من أولياء الله واقفاً بلحمه ودمه أمامه.

لم يبدُ الولي المتألق حياً وحسب بل نطق بعبارات غاية في الرقة قائلاً:

"يا بني، في تجسدك السابق كنت لصاً محترفاً لا هم لك سوى الإيقاع بالآخرين وسلبهم ممتلكاتهم. إنما قبل وفاتك بقليل استفاق ضميرك فعقدت العزم على التصحيح وعاهدت نفسك على أنك ستغير مسلكك المشين وتتبع مسار الخير. لهذا السبب ولدتَ في هذه الحياة بتصميم روحي قوي لأن تكون إنساناً صالحاً ولكن مع ذلك جلبت معك أيضاً أفكاراً سيئة كانت محور حياتك في تجسدك السابق.

"ومن المؤسف يا بني أنك تعيش في هذه الأجواء المباركة وحولك أصدقاء طيبون وحلقات ذكر وتأملات ومع كل ذلك تعيش في جحيم من القلق النفسي والأفكار المتلاطمة الهدامة."

بعد برهة من الصمت واصل الولي حديثه:

"لذلك، ووفقاً للقانون الكوني، ولأنك لم تبذل قصارى جهدك للإستفادة من الفرص الروحية المتاحة لك في هذا التجسد فإنك ما لم تضاعف جهودك التأملية الآن سيتحتم عليك عند الموت أن تختار بين أمرين إثنين:

إما العيش في الجنة مع عشرة حمقى أو العيش في الجحيم مع حكيم واحد، فأيهما تفضل؟"

فأجاب المريد دون تردد:

"يا ولي الله، أحبذ العيش في الجحيم مع حكيم واحد لأنني أعلم من تجربتي الذاتية أن عَشرة حمقى يصنعون من النعيم

جهنماً، في حين أؤمن في قرارة نفسي وأعلم علم اليقين أنني إن كنت مع حكيم واحد، حتى في قاع العالم السفلي سيساعدني على تحويل الجحيم إلى جنات النعيم."

* * *

كثيرون من الناس يشبهون الفراشات.. يرفرفون وينتقلون هنا وهناك دون غاية يحققونها أو هدف يصلون إليه وإن توقفوا فلبرهة وجيزة من بعدها ينجذبون إلى تسلية أخرى طلباً للهو وتمضية الوقت أما النحلة فتعمل بجد وتحضّر للأوقات الصعبة في حين تعيش الفراشة ليومها فقط.

وعندما يحل فصل الشتاء تقضي الفراشة بينما تستمتع النحلة بما اختزنته من غلة الربيع والصيف. وهكذا يجب أن نتعلم كيف نستجمع شهد السلام الإلهي والقدرة على التعامل مع الظروف الصعبة التي تواجهنا في الحياة.

حالات نفسية

لا يستطيع الشخص أن يظل طوال الوقت محمولاً على موج البهجة أو مغموراً تحت مياه الحزن المضطربة أو غارقاً في لجج الضجر.

ففي هذا العالم الذي يتميز بالثنائيات المتصارعة، يخضع الشخص العادي للتقلبات صعوداً وهبوطاً.. يرتفع على موج الفرح ويغوص إلى أغوار اللامبالاة وتشقلبه أمواج عاتية من الحزن.. ونادراً ما يعرف حالة أخرى من حالات الوعي.

السماح للظروف بأن تتقاذف الفكر على هذا النحو يعني استسلام الإرادة لقدَر نزوي متقلب الأطوار. ما يحتاجه الإنسان كي يحيا حياة ناجحة ومُرضية هو امتلاك الإتزان العقلي وهذا يمكن تحقيقه فقط بتركيز الذهن والسيطرة على الملكات النفسية.

حتى أشد الأحزان يشفيها الزمن فلا فائدة من استحضار الحزن في كل يوم من أيام حياتنا. إن الحزن المستدام على عزيز مفارق لا يساعده ولا يساعدنا ولا يغير من الواقع شيئاً.

كما أن تنمية عقدة النقص أو معاقبة الذات على أخطاء أو إخفاقات ماضية لا يجدي نفعاً بل يجعل الحياة تعيسة بائسة ويشل القدرات العقلية.

يجب أن لا نسمح لأنفسنا بالسقوط في حفر الروتين الممل لأن تلك حالة نفسية أبعد ما تكون عن الراحة كونها تقلق الفكر وتحرق القدرات الكامنة في أتون اللامبالاة.

* * *

إن الله يرسل لنا الدروس التي نحتاجها في الحياة كي نستفيد منها ونكتسب فهماً وخبرة. من يتهرب من تلك الدروس سيضطر لأن يتعلمها مهما طال الزمن.

كل اختبار هو صديق إن تعلمنا منه وهو طاغية مستبد إن فرطنا في الفرصة المتاحة وأسأنا استخدامها بالتذمر والإستياء وسوء التقدير.

عندما نمتلك الفهم السليم والموقف الصحيح تجاه الحياة فإنها تصبح جميلة وخالية من التعقيد.

* * *

لا يمكن لأحد أن يسيّرني أو يسلبني إرادتي ما لم أسمح لأفكار الآخرين وأفعالهم بالتأثير عليّ.

يا رب.. إنني أدرك أن أمامي فرصة لا متناهية لاستكشاف قدراتي ومعرفة إمكاناتي الروحية. سأستبدل التعلقات المادية بالطموحات العليا وسأدرك أن الروح الأمين معي على الدوام.

اليوم سأشحن أفكاري بجرعة من التفاؤل وسأفصُل ذاتي عن الإختبارات غير المستحبة وسأمارس ما من شأنه أن ينمي الجسم والعقل والروح على نحو متوازن ومتسق.

إن رقصة الحياة والموت متواصلة على الدوام لكنني سأحرر نفسي للأبد باسترداد هويتي الروحية وعندما تواجهني عواصف التجارب والمحن سأنطلق بقارب روحي عبر بحر الحياة إلى الشواطئ الإلهية الآمنة.

عندما أعمل وأبدع سأتذكر أن الله يعمل من خلالي. إنه سيد الكون ويمكنني الإتصال به بالتأمل العميق عليه.

يا إلهي الحبيب، إنني أدرك أن أفكاري ستجلب لي إما الفشل أو النجاح اعتماداً على أيهما الفكرة الأقوى في حياتي. لذلك سأحاول أن أتذكر بأنك تمد لي يد العون وتهيئ لي أسباب النجاح. عندما تحل المصائب والبلايا سأستنهض همتي وأقوّي تصميمي للتغلب عليها.

سأنتهج الإخلاص والصدق في معاملتي وتعاملي مع الجميع وسأطلق أفكار المحبة والأماني الطيبة عندئذ سيؤيدني الله بقوته وحكمته.

يا رب.. سأستخدم قوة إرادتي وفكري لإنجاز الأشياء الصغيرة أولاً وبعدها أتحول إلى إنجازات أكبر.

حتى ولو تحققت كل الطموحات المادية فإنها لا تمنح مع ذلك سوى سعادة منقوصة.

وبالعثور على الله سأكتشف خزانات الغبطة التي لا تنضب ولا تكف عن التدفق والجريان في بساتين الروح ومروجها الدائمة الخضرة.

* * *

الله هو أثمن ما في حياتي، فهو يستوي على عرش ضميري ويلهمني كلمات الحكمة

ويرشدني إلى السبيل الذي ينبغي لي أن أنتهجه.

إن الحياة المتزنة

التي تراعي كل القوانين الإلهية والطبيعية

وتجمع بين النشاط والهدوء

تجلب السعادة وتحقق مصير الإنسان.

البيت المملوء بالجواهر لا يمكن رؤيته في الظلام وهكذا الحضور الإلهي لا يمكن الإحساس به ما دام ليل الجهل ضارباً أطنابه.

إن لم يكن إدراكنا لله فعلياً بحيث لا يمكننا إنجاز واجباتنا اليومية بدونه فمن الواضح أننا لم نشعر بأية صلة بين الله والحياة.

عندما نمتلك طموحاً ونكلله بفكرة خدمة الآخرين فإننا نساعد أنفسنا بمساعدتنا للآخرين.

يا رب

مع انتشار أشعة الشمس الحيوية

سأنشر أشعة الأمل في قلوب الفقراء والمهجورين

وأشعل مصابيح العزيمة والثقة بالنفس

في قلوب من يظنون أنهم فاشلون.

عندما ندرك بأن الحياة مدرسة لتعلّم وأداء الواجبات وفي نفس الوقت هي حلم عابر
سنعرف عندئذ أن الله معنا.
يجب أن تقوم الحياة على الخدمة إذ بدون ذلك الهدف النبيل لن يحقق العقل الذي وهبه الله للإنسان الغاية التي من أجلها وُجد.
التسليم لله يجعل الإنسان ينجز كل أعماله بإحساس من الفرح والإمتنان لله، فبالتسليم وحده نشعر بالسلام.
سأحرق كل نقاط الضعف الفكري والخُلقي في نار التصميم لإنني ما لم أتخلص من نقاط الضعف تلك لن أتمكن من رؤية الشعلة الإلهية.
يا رب
سأصمم اليوم على إنجاز أشياء محددة ثم أقوم بعمل ما خططت له. سأتأكد أولاً من صوابية قصدي وعندئذ سأحس بقوتك وأحقق بعونك وبركتك ما أنوي القيام به.
* * *
مزيد من التأكيدات الذاتية الرمهنسية
إنني أعلم علم اليقين بأن قوة الله لا متناهية، وبما أنه وضع بي قبساً من نوره فإنني أيضاً أمتلك القوة للتغلب على كل ما يعترض سبيلي من عوائق وعقبات.
إنني وسيلة للإعراب عن الذكاء والجمال ولذلك سأكرس أفكاري ودوافعي لفعل الخير وخدمة الإنسانية.
اليوم سأراقب أفكاري وكلماتي
بحيث لا تستقطب إلا ما هو جميل ونبيل.
وسأنصّب الخير على عرش نشاطاتي
وأستخدم تفكيري الخلاق للنجاح
في كل مسعىً طيب وعمل نافع أقوم به
مدركاً أن الله يساعدني إن أنا ساعدت نفسي.
اليوم سأحرث حديقة الحياة
وأغرس فيها بذور الحكمة والصحة والسعادة
وسأشكر الله عندما تتكلل مساعي بالنجاح
وأحصل على منية قلبي.

اليوم سأساعد المشاكسين من حولي باهتزازاتي الطيبة وسأبدد عتمة التوتر والتنافر بنور أمانيَّ الطيبة.. الصامتة والمتواصلة.. وسأعمل ما بوسعي وأستخدم القوى التي وهبها لي الله على نحو يفيدني ويفيد الآخرين.

سأنطلق بإيمان كلي بقوة الخير الأعظم للحصول على ما أحتاجه موقناً أن الله سيمد لي يد العون ويجود عليّ من فضله.

حالما تحتشد قوى الظلام لمهاجمة سلامي الباطني سأوقظ في داخلي قوى النور والصدق وضبط النفس كي تتصدى لقوى الظلام وتبدد شملها تبديدا.

* * *

عندما تقوم بتركيز أشعة الشمس من خلال عدسة مكبّرة على نقطة صغيرة فإنها تنتج حرارة وتلك الحرارة يمكنها إشعال الخشب والقماش والورق وغيرها..وبالمثل، عندما تركز العقل تركيزاً دقيقاً يمكن لطاقته المركزة أن تحرق شرور وشروش الشك علة كل فشل وتجعل نور الحكمة يسطع بوهج وتألق.

عندما يتناغم الفكر مع الله منبع كل الخيرات ومصدر كل القوى المباركة يصبح على دراية بالحضور الإلهي ويمتلك كل مقومات النجاح. تلك المقومات هي وثيقة الصلة بقوة الله الجبارة القادرة على خلق أسباب جديدة للنجاح في أي مضمار.

الغذاء المغناطيسي

عندما يتحدث الناس عن الغذاء أو التغذية فإنهم يقصدون بذلك الغذاء المادي الذي يتم تناوله لإعالة الجسد. لكن هناك أنواعاً أخرى من الغذاء لا تقل أهمية عن الغذاء المادي، بل هي أكثر أهمية في أحيان كثيرة. ومن تلك الأغذية الفكرية أو الروحية:

النشاط العقلي أو تركيز الذهن والحكمة والتمييز الروحي.

الغذاء المادي يعيل خلايا الجسم أما الغذاء الفكري فيشحن العقل بالأفكار الصحية، في حين يقوم غذاء الحكمة بإنعاش النفس وتطوير ملكاتها. الغذاء الفكري يتألف عادة من الأفكار التي يفكرها الإنسان وتلك التي يتلقاها من الآخرين بفعل الإتصال بهم والتفاعل معهم.

ذوو الطباع الهادئة والطبائع النبيلة يساعدون على جعل أفكارنا مغناطيسية وصحية.

ليس صعباً تحديد ما إذا كان الشخص يستمد غذاءه الفكري من بيئة مسالمة أو مشاكسة. فالقلق النفسي والإضطراب والتشويش.. كلها تنجم عن مخالطة النوع المغلوط من الناس، سواء من الأصدقاء أو الأقرباء، مما يتسبب في أفكار قلقة ومزاج معكر. الجسم يستمد الطاقة والنشاط من الأغذية المادية، في حين تقوم الأغذية المغناطيسية بإمداد الجسم والعقل معاً بشحنات من الطاقة أسهل هضماً من الأطعمة الجامدة والسائلة التي لا يمكن تحويلها بسهولة إلى طاقة حية.

* * *

عندما تتمكن من تحويل الجهل إلى حكمة..

والضعف والوهن إلى صحة وحيوية..

والسير بثقة وجرأة – ولو بمفردك - على دروب الحياة..

والإبتهاج الباطني لامتلاكك ضميراً حياً ويقظاً..

والإيمان القاطع بعدل الله وبانتصار الحق على الباطل والحقيقة على الوهم..

وعندما تحاول كل يوم إطلاق أفكارك نحو مستويات أرق وأرقى..

وتمتلك قلباً محباً وشكوراً..

ونوايا طيبة نحو الآخر..

يكون غذاؤك الفكري مغناطيسياً..

وستجذب إليك عندئذٍ كل ما هو جميل ونافع..

من أشياء وأشخاص وظروف..

تمس لها الحاجة في مواصلة المسيرة نحو شواطئ الأمن وبر الأمان.

وليس آخراً..

عندما تبذل المجهود لتحصيل ما تحتاجه

وتقنع بما ييسره الله لك تكون أغنى نفساً وأكثر رضاءً

من المتهالكين على الدنيا.. الطامعين في حطامها.

* * *

عندما يطلب الإنسانُ الله الذي هو الصديق الأوحد خلف كل الأصدقاء يصبح بالإمكان ترسيخ الصداقة الصادقة في كافة العلاقات البشرية: العائلية، الأخوية، الزوجية والروحية.

الصداقة عنصر حيوي في العلاقات الزوجية ويجب أن تكون الأولوية للتقارب الفكري والوجداني والإحساس بالجاذبية المعنوية والحب الحقيقي والصداقة. الذين لا يميزون ما بين الحب الحقيقي والجاذبية الحسية يخيب أملهم المرة تلو الأخرى.

عندما يؤسَّس الزواج على مُثل راقية واحترام متبادل يصبح اتحاداً سعيداً وموفقاً بين روحين متحابين ومتعاونين على تخفيف أعباء الحياة عن بعضهما وتبديد هموم العيش بالتعاطف والفهم الودي المشترك.

* * *

إن قمت بتشكيل قطعة من الصلصال على هيئة مزهرية وشويتها في النار إلى أن تكتسب صلابة وأردت بعد ذلك إعادة تشكيل الصلصال على هيئة صينية فلن تستطيع ذلك. لكن يمكنك سحن المزهرية وإضافة مسحوقها إلى صلصال جديد ومن بعدها تقوم بتشكيل الصينية.

وبالمثل، إن كانت هناك عادة سيئة مستحكمة في الدماغ وأردنا تغييرها، سيتعين علينا أولاً استخدام قوة الإرادة لسحن تلك العادة وتحويلها إلى أفعال جيدة لينة يمكن إعادة تشكيلها على النحو المرغوب.

الإرادة القوية تعني قناعة راسخة. وفي اللحظة التي يقول فيها الشخص لنفسه: "لستُ مقيداً بتلك العادة" ويعني ما يقول ستتفتت تلك العادة وتتلاشى كما لو لم تكن.

* * *

لا أفرض رأيي على أحد ولا أسمح لأحد بأن يفرض رأيه عليّ أو أن يجعلني أفعل شيئاً أعلم في قرارة نفسي أنه لا ينبغي لي أن أفعله.

إنني أفكر جيداً بما أنوي القيام به وأسترشد بالحكمة فيما أنا مُقدم عليه وأتحمل مسؤولية تصرفاتي ولا ألوم شخصاً آخر على نتائج أعمالي. تلك الحرية الذاتية تعلمتها من معلمي واحتفظت بها على الدوام ولن أتخلى عنها أبداً.

القوة المغناطيسية الأسمى

قال السيد المسيح: "اطلبوا أولاً ملكوت الله... والباقي يُعطى لكم"

الله هو القوة المغناطيسية الأسمى خلف كل القوى الكونية. وهو الحب خلف كل حب.. وهو المبدع الكوني والفنان الإلهي خلف كل فن وإبداع.

عندما تحصر فكرك في الله: القوة المغناطيسية الأسمى في الوجود فإنك تشحن نفسك بمغناطيسية مباركة ويمكنك أن تجذب إليك كل ما تحتاجه.

وإن فكرت بالله بتأمل عميق وأحببته من كل قلبك وشعرت بسلام كامل في حضرته دون أن تتمنى شيئاً آخر فإن مغناطيسية الله المباركة ستجلب إليك كل ما حلمت به وأكثر من ذلك بكثير.

"إلى الله في السماء"

النجاح وبحبوحة العيش وشفاء الأمراض المستعصية والتحكم بالعادات.. كل هذه يمكن بلوغها وتحقيقها. إن كنت قد استهلكت كافة الأساليب والجهود المادية ووجدتها غير مجدية، افتح الباب الداخلي وستتدفق القوة الروحية وتطرد كل ضعف وفشل وإحباط.

إن التمست عون الله في التأمل والتركيز الهادئ العميق فستكتشف خزاناً لا ينضب من القوة الروحية. الله ليس محابياً ويستجيب لكل من يلتمس عونه بإخلاص.

عندما عثرتُ على الله في داخلي وجدته في كل مكان.

لقد امتلكتُ حنيناً عارماً له منذ نعومة أظفاري، وذات مرة عندما كنت طفلاً صغيراً حررت له رسالة.. نعم كتبت رسالة إلى الله وعنونتها على النحو التالي:

"إلى الله في السماء" ووضعتها في صندوق البريد.

عندما نكتب إلى أحدهم فإننا نتوقع جواباً، وعندما لم أحصل على الجواب ذرفت دموعاً غزيرة، لكن الجواب أتاني أخيراً ليس من خلال كلمات مطبوعة على الورق، بل في رؤية نورانية مدهشة.

كل واحد يمكنه الحصول على استجابة من الله إن كانت المحاولة جادة والمجهود متواصلاً.

إن وجّهت أسئلتك إلى الله وغلفتها بإحساس عميق وبعثتها ببريد التأمل، فبصدق وبكل تأكيد ستحصل على الجواب.

* * *

هناك فزيولوجيا روحية تقوم عليها الجملة العصبية تتيح للإنسان على نحو فريد بلوغ أسمى مراحل تطور الوعي. فدماغ الإنسان الأكبر من أدمغة معظم الحيوانات باستثناء الحوت والفيل هو أكثر تعقيداً ويمتلك أكبر قدرة على التفكير. مما يجعل من الدماغ البشري أداة مناسبة للإنسان الذي يمتلك وعياً أكثر تطوراً من وعي باقي المخلوقات. وتلافيف الدماغ الدقيقة والمعقدة تتيح للإنسان أكبر قدر من التفكير الكبير العميق. ولذلك فالإنسان وحده قادر على بلوغ مستويات متقدمة من التمييز، وبالتالي معرفة خالقه.. والحكيم هو من يوظف قدراته العقلية في خدمة ومنفعة البشرية على الصعيد المادي والعقلي والروحي.

* * *

لكَ أنشد أغنيةً
ما ترددت من قبل على لسان بشر..
وإليك أهدي لحني الأصيل
الذي يعزفه قلبي في أعماقه
وعلى أوتاره.
لقد ابتكرتُ نشيدي البكر هذا
وها أنا أرفعه إليك تقدمة خالصة.
لن أقدّم لك ألحاناً عقلية ناشفة
أو أنغاماً منمّقة من تأليف الغير.
ولن أهديك سوى
ألحان قلبي البسيطة الساذجة.
لن أضع أمامك ورودا مستنبتة
في بيوت زجاجية
ومشبعة بالعواطف والإنفعالات
بل أقدم لك زهوراً بريّة نابتة للتو

في حقول أشواقي
ومروج حياتي.
* * *
لكي أستمع إليك
أيها الملاك الحارس
فقد ناغمت مذياع بصيرتي
بلمسات المحبة الناعمة.
غالباً ما أصغيت في التأمل
إلى أعذب ألحان قديسيك القريبين منك:
لسيمفونيات روحية رائعة
ولمقطوعات من إبداعات قلبي
ولشدو رخيم من حنيني القديم لك.
بصبر وأناة ضبطتُ مؤشر أحاسيسي العميقة
وعندما أثقل النعاس جفوني
وكدت أن أستسلم للكرى
تدفقتْ من خلالي ترنيمتك الأصيلة.
وها أنا الآن أبث أصداءً منتشية
من أنغام غبطتك
وأضم صوتي إلى جوقة متعبديك
فتزداد الترانيم زخما
ويتعاظم الشوق والحنين.
* * *

من ينتهج الأنانية الشريرة درباً، سيحاول الآخرون سلبه كل ما لديه، أما إن كان بخلاف ذلك فسيبدي الآخرون كرماً نحوه وتعاطفاً معه.

وما يبثه أو يبعث به الفرد للآخرين – قولاً وفعلاً وفكراً – سيجذبه إلى نفسه بنفس النوع والمقدار. ماهيته الحقة ستظهر من خلال قسمات وجهه وأفعاله. الآخرون سيشعرون باهتزازاته أو أمواجه النفسية وستكون ردود أفعالهم تجاهه موازية لنوعية تلك الإهتزازات.. سلباً أو إيجاباً.

لا يمكننا امتلاك كل شيء. ما لدينا قد وهبه الله لنا كي نستعمله استعمالاً مؤقتاً أثناء وجودنا على هذه الأرض، وعاجلا أم

آجلا سنضطر للتخلي عن ممتلكاتنا، إما بفعل الحوادث أو السرقة أو التآكل والإهتراء أو الموت.

وهكذا عندما نحاول التمسك بأي شيء أو الإحتفاظ به لمجرد امتلاكه، فإننا نخادع أنفسنا.

وحتى هذه الأجسام التي عشنا ونعيش فيها لسنين عديدة سنتخلى عنها ذات يوم. لذلك من الخطأ أن نفرض على النفس الإعتقاد بامتلاك أشياء لا يمكن في الأصل امتلاكها في المطلق.

عندما يُعطى لنا شيء ما يجب أن نعلم أنه لنا فقط لفترة ما، ويجب أن نكون على استعداد لمشاركة الآخرين به.

عندما يطمع الشخص بأكثر مما يحتاجه فهناك مشاكل كبيرة في انتظاره. ما من شك يجب أن يكون لدينا احتياجات أساسية كالطعام والمأوى والثياب وبعض الضمان المادي، ولكن في بحثنا عن هذه الأمور يجب أن نتخلص من الإحتياجات غير الضرورية، وبذلك أعني الرغبات الجامحة والتحرّق لامتلاك أكثر من اللازم.

* * *

لا يمكننا أن نحيا في العالم كأفراد.. إذ نحتاج للإعتماد على إخوتنا وأخواتنا البشر حتى نتمكن من العيش والتمتع بالحياة.

هذا صحيح روحياً ومادياً. لا يمكننا المحافظة على مستوى لائق من المعيشة دون تبادل السلع والخدمات.

يمكننا التسريع من تقدمنا الفكري والروحي بتبادل اختباراتنا واكتشافاتنا.

وعندما نوحّد أفكارنا الشرقية والغربية والشمالية والجنوبية يمكننا أن ننمّي مواهبنا ونطور قدراتنا كأسرة بشرية واحدة.

* * *

في روضة أحلامي الليلية
تنبت أزاهير عديدة:
نوّارات خيالي النادرة.
هناك.. حيث النور الكوكبي الدافئ
تتفتح براعم الآمال الأرضية
ناشرة بتلات زاهية
من التحقيق والرضاء.

في وهج تلك الأحلام
ألمحُ أطيافاً لوجوه حبيبة منسية..
ومشاعر عزيزة دفينة
توسدت منذ زمن بعيد
تربة اللاشعور..
كلها تنهض بأثواب برّاقة.
واستجابة لنداء ملائكة الأحلام
أبصر قيامة كل الاختبارات الماضية.
يا رب، لقد وهبتنا الحرية
كي ننسى متاعبنا اليومية
بالزيارات الليلية إلى أرض الأحلام.
ساعدنا كي نستيقظ بك
وننجو للأبد من الحسرات والأحزان البشرية.
* * *
أيها الملجأ الإلهي!
إنني أسبح في بحر الحياة
تتقاذفني أنواء المحن العاتية.
سواء كنت عائماً فوق أمواج المسرات
أو غارقاً بين الحين والآخر في لجج الآلام
أحن للإفلات من الثنائية
ببلوغ شواطئك الأثيرية الفائقة.
ومع كل دفعة من ابتهالاتي
أدنو منك يا ملاذي الأوحد.
لن أكفّ عن المحاولة
لأنني أعلم بأنك تتلهف لقدومي
وتنتظر بشوقٍ عودتي!
أنا عصفور الجنة: طائر الفردوس
الذي صاغته أياديك المباركة.
لقد جمّلتني بالظـُرف
والألوان البديعة..
بزغب الرقة وريش التفتح الروحي المذهّب.
لقد حلـّقتُ عاليا

في أجواء الحياة العابسة المكفهرة
بحثا عن جنة الغبطة
فتلطخ ريشي الزاهي
ببقع اليأس القاتمة.
تعالَ يا إلهي
واغسل طائر فردوسك
بأشعة الحكمة
ومياه السلام العذبة النقية.
محور سلامي ومرساة سعادتي

مع أنني أعمل جاداً وجاهداً للتعرف عليك من خلال اتباع قوانينك ونواميسك يجب أن أدرك يا رب أنك فوق كل القوانين والنواميس.

أيتها الأم الكونية، إنكِ تسكنين في قلب كل أم بشرية. إملأي كل الأمهات بحكمتك ورقتك علهن يظهرن قدراً أكبر من محبتك اللامتناهية.

إلهي الحبيب، أعلم أن حضورك القدسي موجود في كل مكان. وكما أن الزيت النقي مخبوء في الزيتون غير المعتصر هكذا حضورك الأسنى موجود في الكون وطوبى لمن يستخدم معصرة التفكير بك والتأمل عليك لاستخلاص زيت حضورك الرباني المغبوط.

بالأعمال الطيبة والأفكار الإيجابية الخلاقة سأنمّي بذرة معرفة الذات وسأسقيها بمياه التأمل والأشواق إلى أن تتفتح زهرة الحب الإلهي في بستان حياتي.

الدنيا تحاول تقييد وعيي بحبال متينة من الرغبات الكثيفة لكنني سأعمل على تقطيع تلك الحبال بسكين الفهم والتمييز كي يتحرر وعيي وينطلق نحو الألطاف الإلهية.

إن قوة التفكير والكلام والعمل تأتي منك يا خالقي ساعدني كي أستخدم تلك القوة فقط من أجل الأفكار الطيبة والكلام اللطيف والأعمال النافعة. بالتأمل يزداد حبي إليك إلى أن يغمر كياني بأسره ويزيح من دروب حياتي كل العوائق والعراقيل. وبما أنك خالق هذا العالم الأرضي الحالم فإن واجبي الأول هو نحوك وليس نحو هذا العالم الوهمي.

الصراعات والإضطرابات تحاول أن تبعدني وتصدني عن إدراك حضورك المبارك لكنك ستظل دوما يا رباه محور سلامي ومرساة سعادتي.

* * *

هناك مناجم من المعرفة وكنوز من الحكمة تكمن في داخل الإنسان بانتظار اكتشافها والكشف عنها بالتأمل المعمق والتنقيب الجاد.

الإنسان يستعمل الطاقات الكامنة به دون وعي، أو بصورة لا شعورية في كل ما يفعله ويحصل على بعض النتائج ولكن إن عرف كيف يستثمر تلك الطاقات ويتحكم بها تحكماً واعياً فسينجز أشياء كثيرة وكبيرة.

عندما تتشبع النفس بالحكمة الطبيعية وبالحيوية الطبيعية وبمحبة الخير والإرادة الطيبة إذ ذاك.. وكما تبحث النحلة عن الزهور سيبحث عنك النجاح ورخاء العيش والمعرفة وكل نعم الحياة الأخرى بفضل الله.

* * *

على هذه الأرض يعمل الله على استنباط وتطوير الفن العالمي للحياة السعيدة عن طريق بث مشاعر الإخاء في قلوب الناس وغرس احترام وتقدير الآخرين في نفوس بعضهم البعض.

لذلك فهو – سبحانه – لم يسمح لأية أمة بأن تكون كاملة بذاتها. فلأفراد كل شعب وهب قدرات وكفاءات خاصة بهم واختصهم بنبوغ فريد من نوعه بحيث يمكنهم أن يساهموا مساهمة متميزة في مسيرة الحضارة العالمية.

السلام على الأرض سيزهر ويثمر بين الأمم من خلال تبادلها البنـّاء لأفضل الخاصيات والمزايا لكل منها.

وإذ نغض الطرف ونتغاضى عن عيوب الشعوب علينا أن نرى بوضوح فضائلها ونتشبه بها. ومن الأهمية بمكان أن نلاحظ أن المُثل العليا قد تجسّدت في الأنبياء والرسل والقديسين عبر التاريخ حيثهم كانوا – وما زالوا – نماذج حية لأسمى التعاليم المقدسة.

تعريف "الأنا"

إن الحواس التي تستمد وجودها من الوعي والطاقة المنبثقين عن الله تـُظهر لنا العالم وتصور لنا النفس على أنها جزء منفصل عن مصدرها وعن باقي الخليقة.

القفص الجسدي قد أسَرَ النفس التي هي انعكاس للروح الكلي وقد طغى عليها النسيان فلم تعد تتذكر جوهرها الإلهي بل صارت تعتبر قفصها الجسدي على أنه ذاتها الحقة ولذا فهي تتقمص وتنسب لذاتها جميع شوائب الجسد ومحدودياته.

النفس في مثل هذه الحالة تدعى "الأنا" ولكن عندما تدرك هذه الأنا أو هذه الذات الصغيرة المقيدة بأن ارتباطها بالجسد موقوت وأنها ذات جوهر خالد لا يموت عندئذ يمكن تسميتها بالنفس وكلما ترسخ إدراكها بطبيعتها الجوهرية وارتقى وعيها وتمدد كلما أحست بأنها على صلة وثيقة بالوعي الكوني وبأن البشرية جمعاء هي أسرتها العالمية.

* * *

ألا فلنضع هدايا لا تتلف
ولا يتطرق لها البلى
من الإرادات الطيبة
والخدمات الإيثارية
والمحبة غير المقيدة بشروط
تحت شجرة الإنسانية
ذات الفروع المديدة
و الأغصان العديدة
التي تمثل الأعراق
والقوميات البشرية
على اختلافها وتشعبها.
تقبل الله تقدمات الخير
المدفوعة بالنوايا الحسنة.

يقظة ثانية

بكَ أشعر أنني في يقظة ثانية في عالم آخر. بين الفينة والأخرى أحلم بهذه الأرض وبأن جسدي موجود فيها لكنني مستيقظ في غبطة لا تنقطع وحلمي النهاري لهذه الحياة الأرضية معطر بأريج الذكريات المتناثرة كأوراق الورد.

أرى نفسي متهادياً عبر بانوراما الحياة المزخرفة بالأحلام المزدانة بمناظر عديدة من اختبارات مشهدية متنوعة حاملاً الذكريات المتأرجة لأحلامي الأرضية إلى يقظة الأفلاك الأبدية.

لقد اقتلعتُ أشواك الكوابيس من حديقة حياتي وغرست فيها وروداً من الإلهام حيث سيقبل محبوبي الكوني دعوتي المعطرة بمسك الأشواق ويأخذني معه إلى البيت السماوي الطافح بالمسرات المتجددة والبركات التي ليس لها انتهاء.

* * *

الله حبه أثيري لطيف وهو يستجيب بكل تأكيد لكل من يبثه حنينه العميق وشوقه الأكيد.

يظن الناس أنهم يحيون بالطعام وليس بقوة الله.. كثيرون ينادونه بأفكار شاردة كريشة في مهب الريح معتقدين خطأ أنه لا يستجيب لابتهالاتهم.. ولكنه يساعد المؤمنين به دون أن يدركوا ذلك ومع هذا لا يعرفه كثيرون محتسبين أنه عنهم بعيد. عندما لا تفتر الهمة ولا تخور العزيمة ويتواصل النداء الوجداني بصمت وثقة ويُلتمس العون الإلهي بصدق ورجاء حتى عند الإصطدام بعوائق الضعف والقلق والعادات غير السليمة أو الأفكار المشوشة.. سيأتي العون ومعه الفرج..

فالله يستجيب استجابة عميقة وصامتة لكل نداء صادق ونابع من أعماق القلب.

قيمة الإنسان الفعلية

يجب تدريب الإرادة والتخطيط السليم لما تنوي القيام به. فإن عقدت العزم وسرت في طريقك كالسهم الناري أو كالشعلة اللاهبة فإن كل العقبات التي تعترض سبيلك ستحترق وتتحول إلى رماد.

اختر عملاً ما لا تظن أن بمقدورك القيام به، ثم حاول قصارى جهدك إنجاز ذلك العمل. وعندما تنجح في هذه التجربة انتقل إلى شيء آخر أكبر وأهم. واصل تدريب إرادتك على هذا النحو وستلمس النتائج بنفسك. أما إن كانت صعوبتك كبيرة فصلّ لله بحرارة وإيمان كي يمنحك القوة للتغلب على تلك الصعوبة.

يجب استخدام الإرادة إن كنت ترغب في القضاء على الفشل، ويجب أن يكون التصميم قوياً كالإعصار الجبار – إعصار الخير – الذي لا يقف في وجهه عائق ولا يدمر إلا الشرور.

لا يهم من هو الإنسان وما هي مكانته الإجتماعية. فقيمته الفعلية تتوقف على ما يمتلكه من إرادة طيبة وعلى استخدام تلك الإرادة في أعمال البر ومساعدة المحتاجين.

قوة الإرادة كامنة بك، ولو استخدمتها الاستخدام الصحيح لما عجزت عن تحقيق أي شيء.

إنها الإرادة التي تقود الإنسان من رغبة إلى رغبة حتى تجعله في النهاية يبذل أقصى درجات المجهود لإحراز النجاح في تحقيق الرغبة الكبرى: التعرف على نفسه وعلى الله.

الإرادة تنمو في الإنسان نمواً تدريجياً عاديا، لكن بالإمكان تسريع نموها بالتفكير السليم والعمل الصحيح.

التمسك بفكرة ما بإرادة فولاذية معناه تحقيق تلك الفكرة عاجلا أم آجلا بفضل العزيمة الصلبة التي لا تلين والتصميم الذي لا يعرف التخاذل أو التثبيط.

الإرادة البشرية محكومة وموجهة بالجهل وغالباً ما تقود إلى الخطأ والتعاسة. ولكن عندما يتم توجيه الإرادة بالحكمة والعمل الصحيح، وعندما يتم مناغمتها مع الإرادة الإلهية فإنها تعمل إذ ذاك لصالح الإنسان وسعادته.

تدريب الإرادة أمر ضروري لجعلها متوافقة مع الإرادة الإلهية. فعندما تحوم الإرادة باستمرار حول هدف معيّن تصبح إرادة ديناميكية فاعلة. تلك هي الإرادة التي امتلكها الأنبياء والعظماء وذوو الإنجازات الجبارة في هذا العالم.

قبل الشروع بأي عمل فكـّر ملياً بالذي ستفعله. وتأكد أنك ستستخدم إرادتك في تحقيق أمور نافعة لنفسك وللآخرين. أما إن استخدمت إرادتك استخداماً مغلوطاً فستكون النتائج لغير صالحك بكل تأكيد.

لا تكن سلبياً، فالله وهبك الإرادة لتفعيلها والفوز في معركة الحياة. فتذكر أن إرادة الله تكمن خلف إرادتك.

الإرادة يمكن أن تحدث تغييرات فسيولوجية في الجسد. لا تحتاج إلى الوقت للتخلص من عادة من العادات المستحكمة ما دمتَ تمتلك ما يكفي من قوة الإرادة.

عندما بحث السيد بوذا عن الإشراقة الروحية جلس تحت شجرة البانيان (التين الهندي) وقال ما معناه:

ها أنا أجلسُ تحتَ البانيانْ
وأرددْ صادقاً هذا القسَمْ
أنا إن لم أكتنه سرّ الوجودْ
وأنل من بحثيَ الكنزَ الثمينْ
لن أغادرْ موضعي مهما يكنْ
حتى إن ذابتْ عظامي والجسدْ
سأظلْ جالساً حتى الأبدْ!

وأخيراً نجح غوتاما بوذا المتنور في مطلبه الإلهي..
وحصل على مبتغاه..
حقاً إن إرادة كهذه هي إرادة
متحدة مع الإرادة الكونية.

يوجد في داخلك تيارٌ من الطاقة الكونية يمد جسمك بالحياة إلى ما لا نهاية. ومع ذلك فحال حدوث شيء ما للجسد تنسى تلك الطاقة. استخدام الإرادة لأغراض خاطئة يعني فقدان الإرتباط بالطاقة الكونية. أما تدريب قوة الإرادة تلك فيعني ملامسة ذلك الكم الهائل من قوة الحياة.

يجب الإحتفاظ بقوة الإرادة حية وناشطة في أعمال الخير والإنجازات النافعة والنبيلة في الحياة.

* * *

العادات هي أدوات وآليات سيكولوجية تلقائية الحركة تساعد في إنجاز أعمال ضرورية بيسر وسهولة.

كثيرون يسمحون لعادات الضعف والفشل باستعبادهم، وبإمكان الإنسان أن يحمي نفسه إذا ما عاش بكيفية مغايرة لذلك، شرط أن يكون جاداً في مكافحة العادات الضارة حتى يبلغ بر الأمان وشواطئ الظفر.

الرغبات ذات الجموح تشجع العادات غير الصحية عن طريق تغذيتها وتعليلها بالآمال والوعود الزائفة لسعادة وهمية

ورضاء لا دوام له. في تلك اللحظات.. لحظات الضعف والحيرة.. على الراغب في الإستظهار على العادات الجامحة أن يستنفر قواه التمييزية كي يدرك طبيعتها الحقيقة ويحسن التعامل معها.

العادات السيئة عواقبها وخيمة وثمارها مريرة وسامة. هذه العادات الهدامة إذا ما بقيت دون ضابط يضبطها ستزداد قوة بحيث تستبقي على الشخص في قبضتها القوية ونفوذها الكاسح. وما أن يقتنع العقل بعقم ومضار تلك العادات حتى يخف تأثيرها وتزول بالنهاية من حياة الإنسان.

* * *

تؤكد الكتب المقدسة أن الله يفوق إدراك العقل والفكر. إذ بالرغم من جبروتهما يبقى مجالهما قاصراً عن استيعابه والإحاطة به. لذلك العقلُ البشري عاجزٌ عن تكوين مفهوم فعلي عن الله ولا قدرة له على فهم ذلك الذي لا بداية له ولا نهاية.

عندما تنظر للشمس على بعد ملايين الأميال في الفضاء، فإن ذلك النجم الهائل يبدو أصغر بكثير من أرضنا. ومع ذلك فإن قطر الأرض هو 7900 ميلا على وجه التقريب، وقطر الشمس يفوق قطر الأرض بمائة مرة أو أكثر. فلو تمكنت من وضع كوكبنا الأرضي بمحاذاة الشمس لظهرت الأرض صغيرة مقارنة بالشمس. ولو افترضنا أن المجال الشمسي الجبار آخذ في التمدد والاتساع إلى أن تبتلع كتلته العملاقة السماء الزرقاء برمتها، فالسماء التي نراها هي ليست سوى جزء صغير بل ذرة دقيقة من الفضاء الذي يتخلل الكون اللا متناهي. ولو واصلت الشمس اتساعها وتمددها في الفضاء إلى ما لا انتهاء، لما تمكنت مع ذلك من الإحاطة باللانهاية.

الوهم الكوني للصغر والتناهي يحد ويصد العقل عن إدراك ذلك الاتساع الكوني. فمن أين أتى هذا الفراغ المطلق، وأين هي حدوده؟

إن الذي لا يخضع للأبعاد والمقاييس ولا حد له ولا منشأ هو الله الكلي الحضور والموجود في أقصى أقاصي الفضاء. إنه في النجوم البعيدة النائية وهو على دراية واعية بكل حيّز يشغله مهما كان صغيرا أو كبيرا.

الله ليس العقل لأنه خالق العقل ويفوق قواه، وإلا لاستطعنا إدراكه بواسطة العقل. ولكن يمكننا أن ندعوه على نحو صحيح ودقيق وعياً إلهياً، غبطة إلهية، حضوراً إلهياً؛ ولكن ليس عقلا.

ومع أن العقل عاجز عن الإحاطة بالوجود الكلي لكنه قادر مع ذلك على الشعور بوجود الله. إن الشعور بحضوره وقياسه هما تجربتان مختلفتان تماما.

الموجة لا تستطيع قياس المحيط، ولكن هناك نقطة تماس بينهما. وبالمثل، وهذه النقطة هي الوعي السامي. هذا الوعي يمكنه الشعور بالله أي ملامسة حضوره. فعندما نوسّع مجال العقل العادي حتى يتصل بالوعي السامي اتصالا وثيقاً، نتمكن عندئذ من الإحساس بالحضور الإلهي.

لقد انحدرنا من المطلق غير المحدود إلى المقيد المحدود. اليوغا هي سحب الذهن من الأشياء الخارجية بغية تركيزه على ينبوع الحق الباطني. وبهذه الكيفية وحسب يمكننا اكتشاف الطريقة التي استخدمها الله في تكثيف الوعي الكلي إلى الصور المحدودة لمخلوقاته وللأكوان التي تسكنها.

الجسم البشري هو أكثر خلائق الله دقة وتعقيدا. إن خلية أولية وحيدة لاندماج الجرثومة المنوية بالبويضة تنقسم، وبتضاعف عملية الإنقسام تبني حولها بلايين الخلايا كي تخلق الهيكل الجسدي الذي يأوي وعينا الروحي.

إنك لا تعرف مقدار الطاقة المختزنة حتى في غرام واحد من اللحم. فلو تم إطلاق تلك الطاقة لانتشرت الالكترونات التي لا حصر لها في الفضاء اللامتناهي. إن قوة ومجال الوعي الحالّ في الجسد يفوقان إدراك الإنسان. ومع أن بنيتنا الظاهرة مكوّنة من اللحم والدم والعظم، غير أنه خلف خلاياه الكثيفة توجد تيارات إلكترونية وتيارات حيوية. وخلف هذه الطاقات الرقيقة الدقيقة تكمن الأفكار والمدركات.

الفكر لا ينضب ولا يعرف النفاد. فمنذ تأسيس العالم وأفكار تفوق حد الخيال تتماوج في الأثير. لا يمكن إحصاء تلك الأفكار ولكن لو تأملتَ عدد الأفكار والمشاعر التي جالت

بخاطرك وعبّرتَ عنها طوال عمرك لتكوّنت لديك فكرة عن تلك الأفكار التي تفوق الملايين عدا.

حاول إن استطعت أن تتذكر كل الأفكار التي فكرتها خلال سنة واحدة، أو يوم واحد فقط، ثم فكر بالكم الهائل لأفكار كل البشر المتراكمة عبر الأزمنة الغابرة حتى يوم الناس هذا. الله يعرفها كلها.

العقل لا يمتلك القدرة على قياس حتى الظواهر الطبيعية الدقيقة. كم من الالكترونات تدور في الكهرباء المنسابة إلى المصابيح الضوئية! هناك ترليونات تتراقص معا مؤلـّفة الضوء الذي نراه. هذه الجزيئات التي لا يمكن رؤيتها حتى في الميكروسكوب تنتقل من أي نقطة إلى أي مكان آخر في العالم في غضون ثوان قليلة. التجارب العلمية تؤكد ذلك.

لو حاولت إحصاء عدد البروتونات والالكترونات المكثـّفة في كرتنا الأرضية فإن العقل سيواصل هذه العملية الحسابية قليلا ثم يتوقف. فالأشياء الظاهرة لعقل الباحث تبدو لا متناهية.

ولكن هناك نقطة تصبح الأفكار معها دقيقة للغاية بحيث يتعذر متابعتها. فمن ذلك المستوى الذي لا يمكن للعقل اختراقه والنفاذ إليه يسكب الله نوره الجوهري: الاهتزاز الكوني الذكي، الذي يبني الخليقة المحدودة ويعيلها.

الصداقة

هل الصداقة رداء مبارك منسوج من خيوط القلب؟
أم هل هي امتزاج عقلين في عقل واحد مترامي الأبعاد فسيح؟
أم نافورتا حبٍ منبثقتان من ينبوع واحد
لتعزيز فيض المحبة وإرواء تربة النفوس العطشانة؟
أم هل هي وردة وحيدة وسط غصنين نابتين على أيكة الفهم الودود؟
أم تفكير واحد في جسمين اثنين؟
وهل يمكن تشبيه الصداقة بجوادين
يسحبان – بالرغم من اختلاف لونيهما - مركبة الحياة معاً
نحو هدف سامٍ برؤية موحدة؟
أتقوم الصداقة على أسس التفاوت أم المساواة؟

وهل تشادُ جدرانها بحجارة التباين والتمايز ؟
وهل هي توافق أعمى على الخير والشر
والسير بهمة وابتهاج على دروب الطيش والحماقة
نحو هوة الخيبة وانجلاء الأوهام؟
الصداقة نبتة شريفة ومثمرة ومقدسة!
عندما يتعاهد اثنان على الوفاء المقيم
ويسيران على دروب الحياة بالرغم من عدم التوافق في الرأي..
وعندما يختلفان ويتفقان بمودة واحترام
فيعضد أحدهما الآخر .. ويتمنى له الخير كما لنفسه
ويفرح بنجاح صديقه فرحه بنجاحه..
حيث لا ينشد المحب المتعة أو الراحة على حساب المحبوب
عندئذ.. في روضة الإيثار تلك
تزهر وتزدهر الصداقة فتـنـتـشـي بعطر المحبة والإخلاص.
لأن الصداقة نبتة هجينة، مولودة من نفسين
وعبيرها منبثق من وردتين مختلفتين
ومحمولٌ على نسمات الحب الراسخ
الذي لا تهزه نائبة ولا تشوبه شائبة.
تولد الصداقة من قلب المحبة التي لا يمكن تفسيرها
وتنبجس ثرة من ينابيع المشاعر النقية.
وتنمو في تربة التوافق والاختلاف.
لكنها تهجع..تتجمد.. وتقضي في التباسط الزائد وانعدام الاحترام المتبادل
كما تختنق وتلفظ أنفاسها الأخيرة تحت أكداس الرغبات الأنانية الكثيفة.
أما قلبها الرقيق فلا يقوى عليه سوى التوقعات والمتطلبات..
والمخادعة والتضليل..
أجل.. هذه الآفات تعمل عملها في نبتة الصداقة وتنهش قلبها الورديّ نهشا.

أيتها الصداقة.. يا نبتة السماء الزاهرة الندية..بيئتك المثالية هي التربة الغنية بالحب المجرد عن كل غاية وهوى..حيث يسعى الأصدقاء لبناء وتدعيم بعضهم البعض وتمهيد الطريق أحدهم للآخر على طول الدرب..

لا شيء يروي جذورك أيتها الصداقة
غير مراعاة المشاعر واحترام أصحابها
ولا شيء يرطب أوراقك سوى رذاذ العذوبة المنهمر شفافاً
من سماء القلوب المخلصة المحبة..
أيتها الصداقة الصادقة..
حيثما تتناثر أوراق ورودك
تتقدس تلك البقعة
فتصبح معبداً مباركاً
يؤمه كل مؤمن بالله وبقدسية الحياة.

* * *

سأشعل نور الابتسامات.. ستتبدد ظلمة تعاستي، وسأبصر روحي على ضوء ابتساماتي المتوارية خلف الديجور الكثيف للأحقاب المتراكمة.

عندما أعثر على ذاتي سأسري في كل القلوب حاملاً مشعل ابتسامة روحي.

سيبتسم قلبي أولاً، ثم عيناي ومحيّاي. كل ذرة من كياني ستتألق بنور الابتسامات.

سأخترق مجاهل القلوب الكئيبة وأوقد ناراً جبارة تلتقم كل الأحزان.

أنا لهب الابتسامات الذي لا يُقاوم. سأنعش ذاتي بنسيم الفرح الإلهي، وأتوهَّج في دياجير العقول. وكل مَنْ يقابلني سيحصل على هَبَّة من سروري المقدَّس.

سأحمل مشاعلَ شافية من ابتساماتي إلى كل القلوب. سأبتسم أولاً ولو كان ذلك صعباً، وسأُلْـهِمُ البائسين الباكين كي يبتسموا.

في بهجة كل القلوب أسمع صدى غبطتك يا إلهي. وفي صداقة كل المخلصين أعثر على مودتك. أتهلَّل وينشرح صدري لنجاح إخواني وتوفيقهم مثلما أفرح وأتهلَّل ليسري ورفاهيتي. وإذ

ألهم الآخرين الحكمة والفهم فإنني أضاعف كنوز حكمتي ومعرفتي. وفي سعادة الجميع أعثر على سعادتي.

لا شيء سيُلاشي ابتساماتي. الفشل والمرض والمَنيّة لا تقدر أن ترعبني أو تثبط عزيمتي.

النكبات والكوارث تعجز بالحقيقة على أن تمسُّني بسوء لأنني أمتلك داخل روحي سرور الله الدائم المتجدد الذي لا يتغير ولا يُقهر.

أيتها الابتسامة الإلهية المقدسة الصامتة، تتوجي على محياي وابتسمي من خلال روحي.

سأحاول أن أكون ملياردير فرح، لأن ثروتي الحقيقية تكمن في خزائن حضورك المغبوط يا رب، وهكذا سأسد عوزي للنجاح الروحي والرفاهية المادية في نفس الوقت.

* * *

السلام يتدفق من قلبي
ويهبّ من خلالي كالنسيم اللطيف.
السلام يغمرني كالعطر الفواح.
السلام ينساب من خلالي كأمواج الضوء.
السلام يفري قلب الهمِّ والقلق، ويحرق أشواك الخوف والأرق.
السلام يتمدَّد اتِّساعاً ـ ككتلة نارية ـ ويملأ وجودي الشامل.
السلام كالمحيط يغمر الفضاء والأجواء.
السلام كالدَّم القاني، يبعث الحيوية في أوردة أفكاري.
السلام كالشفق المترامي يطوِّق جسد لا نهائيَّتي.
لهب السلام يندفع من مسامات جسمي، ومن الفضاء بأسره.
ضوع السلام ينفح حدائق الورود.
شراب السلام يتقطّر على الدوام من معاصر كل القلوب.
السلام هو حياة الأحجار والأقمار، والأولياء والأنبياء.
السلام هو سلسبيل الروح
المتحلب من خابية السكون.
والذي أترشفه بثغور ذرَّاتي التي لا حصر لها.

* * *

سأبتهل بحرارة قلب إلى أن تتقد ظلمة التأمُّل بحضورك المتوهِّج يا رب. اليوم سأبثُّ أنشودة روحي في الأثير بتركيز ودّيّ عميق علَّك تستجيب من خلال جهاز استقبال سكينتي.

يا مَنْ أنت الغبطة دائمة الوعي والوجود والتَّجدُّد!
حرِّر عقلي من أعباء اللامبالاة والنسيان.
دعني أتذوَّق رحيق وجودك المغبوط على الدوام.
مع اتساع سكوني الباطني والظاهري يأتيني سلامك.
سأحاول الإصغاء دوماً لصدى وقع خطواتك الأثيرية.
إنْ حصلت عليك كأعمق سرور لأعمق تأمُّل
أعلمُ عندها أنَّ كل الأشياء
من رخاء وصحَّة وحكمة ستـُعطى لي.
ساعدني كي أبحث عنك
في أغوار مياه روحي المتعطشة إليك.

الحب

الحب هو عبير الزنابق المتفتحة
وكورس الورود الصامتة
المحتفية بجمال الطبيعة.
الحب هو أغنية الروح تنشد للحياة
ورقصة الكواكب الإيقاعية المتزنة
في انطلاقتها الدائمة في الفضاء السحيق.
إنه ظمأ الزهور لارتشاف أشعة الشمس
وتورّدها وارتواؤها بإكسير الحياة.
إنه شوق الأرض
لتغذية الجذور العطشى بلبنها
ورعاية كل صنوف الحياة بعصارة الحياة.
إنه إرادة الشمس الجبارة
لإبقاء كل الكائنات حية مفعمة بالنشاط.
وهو دافع الحياة
لتوفير الحماية والرعاية للقاصرين.
إنه بسمة البراءة تستمطر الحنان الأبوي
على الرضيع
والإذعان التلقائي في قلوب المحبين

لتقديم الخدمة والعزاء دون مقابل..
إنه نبض الصداقة
الذي يجبر الخواطر الكسيرة ويشفي الجراح..
إنه نداء القلوب الذي يعصى على الوصف
إنه الشاعر المترع بحب الإنسانية
المتألم لشقائها..
إنه دائرة الألفة بين أفراد الأسرة الواحدة
دائمة التمدد والإتساع نحو مساحات أوسع
ومجالات أرحب..
إنه همسة الحياة
في آفاق العقول المتفتحة
وسماء القلوب المرصعة بنجوم المشاعر النبيلة.
الحب هو نعيم الروح
الذي تصبو إليه النفوس المُحبة
وتحن للتوصل إليه والتواصل معه.
من الأرشيف: أقوال في النجاح والناجحين

الطفل قد يتصور النجاح على أنه امتلاك العديد من الألعاب والدمى، وربما سيارة صغيرة أيضاً كي يركب فيها. الطفل الفقير قد ينظر إلى النجاح على أنه امتلاك بعض النقود لشراء ما يحلو له، في حين قد يتبرّم الطفل الغني بما لديه من ألعاب ولا يعرف الراحة النفسية. وقد يصبح من الصعب إرضاء ذلك الطفل لكثرة الأشياء التي بين يديه.

عندما يتقدم بنا العمر نضحك على رغبات الطفولة. حتى الكثير من الأشياء التي يعمل الكبار من أجل الحصول عليها اليوم تفقد رونقها غداً أو بعد غد لتحل محلها رغبات أخرى جديدة.

من المستحسن أن يستعمل الشخص التمييز بين ما هو ضروري وما هو غير ضروري.

النجاح ضروري كي يتمكن الشخص من امتلاك ضرورات العيش من مأكل ومأوى وصحة وثياب. فإن لم يمتلك هذه الأشياء ولو بنسبة ضئيلة فهو في وضع بائس.

يجب أن يتمكن المرء من الحصول على حد أدنى من الراحة والسعادة اللذين يبحث عنهما. وسواء كان الشخص روحياً

أم مادي الطباع فلا خلاف على وجود بعض الحاجيات الرئيسية التي ينبغي الوفاء بها بحيث يتمكن من الإحتفاظ بجسمه سليماً ومعافى. وما لم يكن معافى وسليماً (نفسياً على الأقل) فلن يتمكن من تحقيق النجاح.

لكن ما هو النجاح الحقيقي؟ فلو حصل الشخص على كل ما يريده في الحياة سيظل يشعر مع ذلك بفراغ لأنه روح والأشياء المادية لا قدرة لها على منحه السعادة التي هي حالة نفسية أولا وقبل كل شيء.

لنا القدرة على إسعاد أنفسنا مثلما لنا القدرة على إتعاس أنفسنا. وسرّ النجاح والسعادة يكمن في داخلك. قد تكون سعيداً في بيتك الصغير المتواضع أكثر من الملك في قصره الفخم. فمن يجد النجاح والبحبوحة خارج نفسه فهو ليس ناجحاً ولا سعيداً. هذا لا يعني أن المليونير غير سعيد، بل المقصود هو إن تمكنت من استخلاص السعادة من الحياة، سواء كنت فقيراً أم غنياً فأنت ناجح بكل المعايير.

اللذة التي تدوم للحظة وتترك في أعقابها حسرة وندامة ليست سعادة. في النجاح الحقيقي تبقى ذكرى تحقيق النجاح حية حتى ولو تلاشى إحساس البهجة بالإنجاز. إن كل الأشياء الطيبة التي فعلها ويفعلها الإنسان في حياته تحيا للأبد في الذاكرة كفرح دائم. ذلك هو النجاح الحقيقي الذي يحرزه الإنسان في حياته.

النجاح ليس شيئا بسيطاً، إذ لا يمكن قياسه بثروة الإنسان أو ممتلكاته. معنى النجاح هو أعمق من ذلك بكثير. النجاح الفعلي يمكن قياسه بقدرة الشخص على أن يكون سعيداً تحت كل الظروف.

عندما يكون ضميرك راضيا مرتاحا ولا تكون متحيزاً لأحد أو مجحفاً بحق أحد.. وعندما تكون إرادتك صلبة ومرنة في آن، وتمتلك إحساساً مرهفاً وتمييزاً صائبا.. وعندما تقدر على تحصيل ما تحتاجه بطرق شريفة ومشروعة فأنت من الناجحين.

الطفل غالباً ما يقنع ببعض الأشياء الصغيرة، لكن عندما يكبر يرغب في امتلاك أشياء كثيرة من فيلات وسيارات مع أنه يعلم أن أصحاب تلك الأشياء ليسوا بالضرورة سعداء.

الرضا يكمن في العيش البسيط والأفكار الرفيعة. فالذي يُبقي عقله في عالم المثل –عالم الأفكار السامية – يشعر بسعادة أكبر مما لو حصر أفكاره بالأمور المادية لا غير. المنهمكون في الماديات دون سواها.. المهتمون في تكديس الكماليات (قصد الفخفخة والمباهاة) ليسوا على درجة كبيرة من الرقي.

من الأجدى للإنسان أن يقرأ الكتب والمواضيع النافعة بدلاً من إضاعة الوقت على نشاطات غير مثمرة. وأعظم من القراءة التفكير بالله والتأمل بعظائمه ومحاولة معرفة أسرار الحياة التي لا حد لها ولا انتهاء.

غاية الحياة هي أن يعرف الإنسان ذاته فيشعر بالمحيط الكوني ينبض في قلبه ويسري في عروقه ويغمر كيانه بالسلام والمحبة والفرح والطمأنينة.. وذلك هو الفوز الأعظم!

الجمـــال

الأشخاص ذوو العيون المبصرة يتذوقون الجمال في كل مكان. آخرون يتصرفون كما لو لم تكن لهم أعين، لا يبصرون ولا يعون لأنهم يعجزون عن معاينة أي شيء حتى في الأماكن الجميلة.

إن أبهى الألوان الأرضية تبدو قبيحة وكثيفة مقارنة بالألوان الرائعة للعالم الكوكبي أو الأثيري.

على الصعيد المادي اكتشف الإنسان طرقاً شتى لتقوية قدرته البصرية. العين المجردة تستقبل انطباعات محدودة من اللون، ومع ذلك فإن بعض القطع الصخرية ذات اللون الأسمر الفاتح تظهر ألواناً متلألئة تحت الأشعة ما فوق البنفسجية. ولدى حجب تلك الأشعة تسترد الصخور لونها الأصلي القاتم.

إن ألواناً عديدة في العالم المادي كزرقة السماء هي خداع بصري يحدثه انعكاس الضوء على صنوف مختلفة من جزئيات المادة. وبما أن العين لا يمكنها التقاط سوى مرتبة محدودة من الإهتزاز الذي يشكل كل ما في الكون لا يبصر الإنسان الأطياف الأثيرية اللطيفة المحتجبة في كل ما هو حوله. ولو رأيتها لتعجبت من رونقها وجمالها.

وهكذا فلا العين ولا الأذن يمكنهما التقاط كل ما يمكن التقاطه. لا قدرة للإنسان على استنشاق الروائح الأثيرية الزكية أو مشاهدة أعداد لا تحصى من الأشكال والصور اللطيفة والانطباعات الرقيقة المتماوجة في رحب الأثير.

غالباً ما يعجز الإنسان عن إدراك حتى الأشياء التي تقع ضمن مجال إدراكه الحسي.

عندما زرت المكسيك ورأيت "الحدائق العائمة" لبحيرة زوكيميلكو ملأ حسنها قلبي وأحسست بروعة وعظمة الفنان الإلهي.

كان هناك شخص آخر بدا مستغرقاً بتلك المحاسن الطبيعية، لكن شعوراً باطنياً أوحى لي أنه لم يكن يشاهد ما كنت أراه. سألته عن انطباعه عن تلك المرائي البهيجة فأجاب: "كنت أفكر في طريقة ناجعة لتصريف المياه بغية استثمار المزيد من الأرض."

لقد كان ينظر للبحيرة من منظوره الشخصي. وهكذا فإننا ننظر للأشياء طبقاً لأفكارنا وطباعنا الخاصة.

إن كل نفس مغلفة باهتزازات أو ذبذبات مختلفة من أحاسيس وأفكار ومشاعر.. كل العوامل التي تساعد على تكوين شخصية أو وعي الشخص.

لكل واحد تركيبة مختلفة.. اهتزاز مختلف. كل الأشياء التي فعلها الشخص منذ الطفولة ما زالت محفوظة في الدماغ بصورة كبسولات مضغوطة من الميول والنزعات. وبما أننا لا نرى هذه الكبسولات غير المنظورة فإننا ندهش لتصرفات البشر كل على هواه.

البعض يستخفه الطرب دون سبب أو يغضب ويتعكر مزاجه بكيفية لا يمكن تعليلها حتى من قبل الشخص نفسه. آخرون دائمو الإنهماك بالانتقاد أو القلاقل وترويج الإشاعات وفضح الآخرين في حين أن بيوتهم النفسية بحاجة إلى الكثير من التعزيل والتنظيف.

تلك النزعات النفسية تطمر النفس وتحول دون إظهار الشخص لمزايا ذاته العليا.

يا لتعقيد البشر وتقييدهم لأنفسهم! إن كل شخص هو بحد ذاته رواية متعددة الفصول، متشابكة الأحداث ومتنوعة المَشاهد.

* * *

يجب طرد أفكار الفشل بأفكار النجاح الإيجابية وبالتفاؤل.. وتحجيم المخاوف بعدم تضخيمها.. وتبديد الأحزان بنور السعادة.. وكسف الفظاظة باللطف والإعتبار.. وملاشاة المهاترة بالمودة والمجاملة.. وخلع الأفكار المريضة عن عرش الصحة بالأفكار السليمة والمشاعر الصحيحة.. وإزهاق الإضطراب والقلق بالإيمان وتفعيل قوى العقل.. وتأسيس مملكة السكون في النفس لملامسة الحضور المبارك والشعور بالحماية الإلهية.

امنحي روحاً تتسم بالسخاء

دعني أدرك يا رب أن متع الحواس سطحية وقصيرة الأجل

في حين أن فرح الروح هو حقيقي ومتجدد على الدوام.

الله هنا.. إنه ليس مجرد كلمة نتلفظ بها بل جوهر الحياة وسر الوجود. قد لا نعرف مدى اتساعه اللامحدود لكن بإمكاننا أن نحس بوجوده ونلامس حضوره.

الله هو السكون الكوني الذي فيه تنعكس كل الأشياء ومنه تبزغ كل الأفكار النيّرة.. لذا سأحاول ممارسة السكينة كي أشعر بحضوره السعيد.

اليوم سأزيّن محراب السكينة بزهور الشوق الإلهي وأدعو إليه إله المحبة والغبطة.

أسأل الله أن يظهر لي ذاته من خلال عيني الروحية علني أرى نوره منتشراً في كل أصقاع الكون.

إنني أدرك بأن الله يصغي لكل همسة من همسات أشواقي. هو الحب الكوني.. ومن خلال الحب الإلهي يمكنني العثور عليه إذ بالمحبة يقترب المريد من الله ويشرب من منابع الغبطة المقدسة.

ساعدني يا رب كي أشحن جسمي بطاقتك الكونية وكي أشفي العقل بالتركيز والتفاؤل وأشفي النفس بالمدركات الروحية وليدة التأمل.

في الحياة وفي المماة وفي الأحزان والملمات يبقى إيماني بك يا رب قوياً لا يتضعضع راسخاً لا يتزعزع.

كل نفثة من نفثات حنيني وابتهالي تفتح في روحي أبواباً ونوافذ منها أعبر إلى نعيم الله.

مثلما تشع الشمس على أكثر الطرقات اكتظاظاً هكذا سأبصر إشعاعات الحب الإلهي

في كل الأماكن المزدحمة لنشاطاتي اليومية. باركني يا رب كي أوقظ روحي مع صحوة الفجر وآتي بها إلى أعتابك المباركة.

يا رب، امنحي روحاً تتسم بالسخاء كي أشارك الآخرين بما عندي وساعدني كي أبصر في بحيرة عقلي الساجية انعكاس قمر روحي متألقاً بنور حضورك.

اليوم سأغوص عميقاً في بحر التأمل والتفكير بالله إلى أن أعثر على لآلئ الحكمة والفرح الإلهي.

سأحبك يا رب أكثر من أي شيء آخر لأنني بدونك لا أقدر على محبة أي إنسان أو أي شيء.

في أغوار الجبال والسموات الساكنة.. وفي أعماق روحي وكهف السكون أحس بوجود الله وأشعر بغبطته الدائمة وأشرب من ينابيعه الصافية التي لا تنقطع ولا تجف طوال الأبد.

سأعبدك يا رب
يا من يستوي حبك
على عرش كل قلبٍ طيب ومحب. *

* * *

المال ليس بالضرورة مؤشراً على امتلاك الذوق السليم. كثيرون من ذوي الثراء يبتاعون أشياء لا يحتاجونها فتتكدس في بيوتهم أكواماً لا رونق لها ولا فائدة.لا حاجة للمال الكثير لجعل البيت جذاباً والذوق هو العنصر الأساسي في ذلك. لكن فكرة تجميل البيت تستحوذ على البعض فينهوسون بها ويقيدون أنفسهم بالماديات.

لا بد إن كل من يتحتم عليه دفع فواتير متراكمة وملحّة يحنّ إلى حياة البساطة والتحرر من الضغوط المادية. لكن تلك الحرية لن تأتي بالإستسلام للتكاسل والخمول أو ترك كل شيء دون مبرر أو منطق.

حدث ذات مرة أن رجلاً ألمّت به خسارة جسيمة فقال:

"وامصيبتاه! لقد خسرت ثروتي وهجرتني زوجتي ولذلك قررت أن أترك كل شيء وأصبح ناسكاً."

هذا الرجل يا أصدقاء لم يترك كل شيء بل كل شيء تركه!

البيئة النفسية والشعور بالرضا هما عنصران هامان لتحقيق السعادة. وبعد تمحيص وفرز كل الرغبات، بالإمكان عندئذ القول: "لا توجد صعوبة في الحصول على الحاجيات المادية الضرورية وعدم القدرة على امتلاكها هو أمر لا مبرر له."

* * *

الحضور الإلهي موجود في النجوم وفي الأرض الطيبة وفي ضربات القلب ونبض المشاعر. من يواصل السير نحو الغاية المباركة ويتفكر بالله وروائعه سيراه في رداء الكون الذهبي..رداء النور المنتشر فوق الأبدية التي لا نهاية لها و سيحس بوجوده النابض في كل فكرة جليلة ونبيلة وفي وكل خفقة من خفقات الوجدان.

كثيرون تحدثوا عن الله وكثيرون بحثوا عنه وكثيرون قرؤوا عنه لكن قلائل هم الذين لامسوا حضوره.. والذين تذوقوا غبطته هم الذين يعرفونه.

"تحميص" بذور الأعمال المدفوعة بالجهل

الإنسان هو الذي يصنع قدَرَه بإرادته، و يقرر مصيره بنواياه وأفعاله. يمكنك تخليص نفسك من الآلام فيما إذا اخترت ذلك. الله جوهره المحبة ولا يريد أن يعاني محبوه ويلات الآلام نتيجة للأفعال الخاطئة والتفكير المغلوط، وقد وهب الإنسان قوة التمييز وحرية الإختيار. لكن نتيجة للقرارات غير الصائبة والخيارات غير الحكيمة يجلب الإنسان على نفسه وعلى غيره المعاناة والألم.

يجب أن تتحرر وألا تسمح لأحد بمصادرة قرارك أو الهيمنة عليك، وأن لا تدع المحيط والعادات والتقاليد الخاطئة تقيدك وتتحكم بنهج حياتك. اعمل بوحي الحكمة واصغ لصوت الضمير وخذ نتائج الأفعال في الإعتبار قبل الشروع بما تنوي القيام به، وتحاشَ إلحاق الأذى بالآخرين بسبب تصرفاتك غير السليمة، واطلب من الله العون والهداية.

ما دام الإنسان فريسة للغضب والغيرة والحسد فهو ليس حراً. يجب أن يصبح سيد عواطفه وأعماله، وأن يتحرر من الغرائز المدمرة والأهواء الجامحة والرغبات الخاطئة.

إن كنت مخلصاً كل الإخلاص مع ذاتك فستسند الحكمة تفكيرك ويهدي الصواب قرارك وينير الفهم عقلك.

يجب "تحميص" بذور الأعمال السابقة المدفوعة بالجهل على نار التأمل والحكمة بحيث تصبح غير صالحة للتفريخ والنمو ثانية. هذا هو الطريق لرد وصد هجمات الخداع العاتية.

الوهم الكوني - أو إبليس - يخدع الإنسان بوعود خلبية ومغريات خلابة لتعقب سراب المتع الحسية، ويسيطر على ملكاته لأنه يعده بسعادة دنيوية لا حقيقة لها، وبذلك يعمل جاهداً على منعه من تذوق ثمار السعادة الحقيقية الموجودة بوفرة في بساتين الروح.

الفهماء يعرفون الفرق بين الحقيقة والأوهام ويحسنون التمييز. وإذ يتعمقون في التأمل يصبحون على دراية وثيقة بأهمية الإرادة الحرة وبضرورة تفعيل حرية الإختيار لعمل الصواب وتجنب الأفعال ذات التبعات الضارة والنتائج غير السارة.

تأملات يومية

اليوم سأحطم صورة الجهل التي تدنس محراب النفس في داخلي,, وسأتذكر أن نور الله الأقدس يشع باستمرار على كياني ويبدد ظلام الوهم من عقلي وروحي.. وأن الذي خلقني لا يفارقني.

تحت كل موجة من أمواج الحياة يقبع محيط الحضور الإلهي الزاخر، ووراء كل خفقة من خفقات الوجدان يكمن بحر الإحساس الكوني اللامتناهي.

كل ليلة سؤأكد لنفسي بأنني لست الجسد
بل الروح الذي يسكن الجسد
وبأن كياني الروحي خالد مؤبد
وعندما أستيقظ سأتذكر التأكيد من جديد.

في هيكل النوم سأتعافى وأجدد قواي لكن ذلك لا يكفي.. إذ أحتاج إلى محراب من السكون والتأمل حيث يمكنني أن أعتكف كل يوم لارتياد آفاق وعيي واستكشاف أسرار روحي.

إنني أعلم علم اليقين بأن الله لا يتخلي عني لحظة واحدة ومهما كانت أحوالي المادية أبقى غنياً بالله لأن فيض نعمته ينساب من خلالي على الدوام.

الحب هو نداء الله الصامت لكل الكائنات الحية والجامدة كي تعود إلى بيت وحدانيته.

يولد الحب في جنائن التقدم والتجدد ولذلك سأعمل دوماً على تجديد ذاتي وحفز روحي على المضي قدماً على مسار الإنجاز.

اليوم سأتجنب النقيضين: الغرور والسلبية وسأتذكر أن الله يعمل من خلالي وبأنني إن لامست حضوره سأكون في مأمن من كل الشرور.

إنني أدرك بأن غاية الحياة هي السعادة ليس السعادة الأنانية التي تستثني الآخرين بل التي تشملهم فتزداد زخماً بإسعادهم.

خلف القمر البدرُ الأعظم، وخلف الشمس قوة الله وحيويته، وخلف عقل الإنسان العقل الكلي.. ولذلك لن أقيّد نفسي بالذات الصغيرة: "الأنا".

يا رب، إن بحثنا عنك بكل قلوبنا فستفتح الأبواب في وجوهنا وسترسل لنا كل ما نحتاجه للتقرب منك والتعرف عليك.

سأبقي عقلي متفتحاً ومتقبلاً عندها سأعاين الله في كل ما هو نبيل وجليل وسأدرك أنني على تواصل حيوي مع حضوره المغبوط.

عندما أفتح عينيّ على فرح التأمل ستتلاشى الظلمة وسيأخذني نور الإيمان إلى مملكة الأنوار حيث الله في الإنتظار.

سأتذكر أن الجهل هو مصدر كل الأمراض الجسدية والعقلية والروحية. لذلك سأبدد ظلام الجهل بمعاينة نور الله.

اليوم سأتصل بأصدقاء الحكمة من خلال كتبهم وتعاليمهم. سأدخل من أبواب الدراسة الجادة المتأملة

إلى عوالم الفكر المدهشة العجيبة. سأقرأ كتباً ومواد ملهمة عن الله منبع كل الإلهامات والأفكار العظيمة.

لقد وهب الله كل واحد منا قوة مميزة لكي يأتي بشيء رائع لم يأتِ به سواه. إنها قوة المبادرة الإبداعية، ولذلك سأبذل قصارى جهدي لكي أنمي قوة المبادرة تلك.

يا إلهي الحبيب، إنني أعلم بأنني أمتلك شرارة الألوهية في ذاتي ولذلك سأقوم بنشاطاتي دون كلل وستواصل قافلة حياتي المسير، مدركاً أن قواك الخلاقة اللامتناهية تساعدني.. تسمو بهمتي.. وتشحن عزيمتي.

اليوم سأفكر جيداً قبل التصرف. العادة هي نتيجة لأفعال مختلفة والأفعال يمكن الحكم عليها بتأثيرها على النفس لذلك سأبذل جهدي لتحرير نفسي من العادات الخاطئة.

ساعدني يا رب كي أقوّي إرادتي وكي لا أسمح للعادات باستعبادي. خذ بيدي كي أطوّر نفسي روحياً بالإنضباط الداخلي والخارجي.

لا يوجد أمن بدون الله. ولا سعادة بدونه. ولا حب بدونه. ولا راحة بدونه. ولا حياة بدون الله.

تقدِماتي لك
لقد أخذتُ الألحان من الأغاني
واستجلبت المشاعر الرقيقة من القصائد والأشعار
واستخلصت الإكسير من الرحيق
واستجمعت العبير من الزهور والورود..
أخذت الفكر من كل العقول
وأتيت بالروح من حبي
وتلقفت سيمفونية الأفلاك
واستخرجت القوة من كل الحياة..
لقد استقطرتُ رحمتك من ابتهالاتي كلها
وقمتُ بتخمير حبكَ في قلبي
والتقطتُ جوهر السكون
وأخذت الحنين والأشواق من أصيص خشوعي
وأتيت بها كلها إليك
فهلاّ خرجتَ من مخبأك
وتقبلتَ تقدماتي المتواضعة من ذاتي.. مني؟
المعلم برمهنسا يوغانندا

قصة العنب الأسود
كما رواها المعلم برمهنسا
البراهين العظيمة تأتي أحياناً من أمنيات صغيرة.
ذات مرة أثناء وجودي في مدينة بوسطن مع أحد الأصدقاء رأيت عنقود عنب أسوداً كبير فأردت شراءه لكن ثمنه كان 3 دولارات [قبل أكثر من سبعين سنة]، وسمعت أحدهم يقول "أليس هو مسرف؟!"

قررت عدم شراء العنب، وإذ حصلت على تأكيد داخلي قلت بيني وبين نفسي: "إن الله يعلم بأنني أريد ذلك العنب وسوف يعطيني عنباً مرة أخرى."

بعد ذلك بحوالي ستة اشهر، دخلت ذات مساء إلى محل لبيع الفواكه واشتريت بعض العنب الشبيه بالذي رأيته سابقاً، وكنت قد نسيت الوعد الذي قطعته على نفسي بأنني سأنتظر حتى يعطيني الله عنباً. وفي الحال سمعت الصوت الإلهي في داخلي يقول: " أعد ذلك العنب".

استدرت وقلت لصاحب المحل: "أعطني شمام كوز العسل بدلاً من العنب". بدا الرجل مرتبكاً لكنه فعل ما طلبته منه، وخرجت بالشمام.

عندما وصلت إلى المنزل، رأيت وللعجب علبة تحتوي على عنقودين من العنب الأسود دون بطاقة مرفقة مما أثار فضولي لمعرفة الشخص الذي أعطاني العنب. حاولت على مدى شهر معرفة هوية ذلك الشخص، وفي أحد الأيام سمعت صوت الله ثانية يؤكد لي بأنه سيتم إخباري. وفي إحدى الأمسيات، بينما كنت أحاضر استرعى أحد التلاميذ من بين الحضور انتباهي فقلت له "إن الله يخبرني بأنك أنت الذي أعطيتني العنب."

أجاب بالنفي، لكن فيما بعد اعترف لي بما حدث، إذ بينما كان يتأمل ... رأى نوراً عظيماً ويداً تحمل بعض العنب الأسود، وكانت الفكرة الأقوى في عقله بأنه ينبغي أن يذهب ويشتري ذلك العنب لـ يوغانندا.

قال أنه اشترى عنقوداً ثم آخر، مع أنه ظل يعتقد بأن الرؤية لا بد أنها مجرد هلوسة. ثم صلى [ليعرف الحقيقة] وتبين

له أن الرؤية كانت صادقة وأنها من الله الذي أراده أن يشتري ذلك العنب ويعطيه لي.

فراغ يصعب ملؤه

آن للإنسان أن يفعّل القوى الكاشفة للحقائق في داخله فالسعادة مقترنة بذلك الكشف وعلى الراغبين في بلوغ تلك الآفاق الذاتية بذل المجهود الهادف وتغذية العقل بالأفكار الخلاقة لملامسة ما أودعه الله بهم من حقائق والإستفادة من القوى المباركة التي يزخر بها كيانهم.

من يرغب في إشباع الحواس المادية دون تذوق لرحيق السعادة الروحية من الينبوع الإلهي مصدر كل رضاء ومسرّة يستثمر استثماراً خاسراً ويكون محصوله المعرفي هزيلا.

الراغبون في التعرف على الله سيحقق الله رغبتهم لأنه كريم جوّاد لكن معظم الناس يهرولون خلف رغبات دنيوية يعللون النفس بسعادة مادية لا دوام لها فيعانون بسبب عدم تحقيقها.. أو بسبب تحقيقها!

وحتى الناجحون مادياً سيشعرون في نهاية المطاف بفراغ في حياتهم يصعب ملؤه أما الذين يقرنون حياتهم بالله فهم أثرياء أقوياء ويتمتعون بالرضا والرخاء.

إن عدم الإمتثال لوحي الحكمة وإغفال الإصغاء لصوت الضمير يقودان إلى دورب ملتوية، زلقة ومحفوفة بالمخاطر والشقاء في حين يفضي السير على درب الرشاد إلى التحرر من القيود المكبّلة وامتلاك القوة اللازمة لعمل الصواب لا ما تمليه الغرائز الضالة والعادات المضللة.

بإمكان الباحثين عن السعادة الإستفادة من خبرة الحكماء الذين عالجوا معضلات الحياة وتوصلوا إلى إيجاد الحلول لها.

حقاً أن من ينسجم مع المقاصد الإلهية يعوم في بحر من القناعة والطمأنينة وأنه لذو حظ عظيم.

من يفكر بالله يفكر به الله فيملأ حياته بالبركة ويجود عليه بتذوق رحيق الغبطة.

فلنبتهل لله كي يأتي إلى نفوسنا

ويوقظ الأشواق الروحية في قلوبنا.

ألا إن الوصال الإلهي متعة لا تفوقها متعة

وطوبى لمن تمكن من ملامسة القلب الكوني.
عندما يهز المريدَ الشوقُ لتوحيد حياته
مع الوعي الأسمى
يشعر بأهمية الإفلات من القيود المادية
والتواصل مع اهتزازات شفافة وشافية...
وعندما تزداد رغبته إلحاحاً
يفتح الله في روحه منفذا
يتنسم منه عبيراً سماوياً
ويبصر من خلاله قبسات من النور الرباني
فتفقد المغريات الرخيصة بريقها
وتقتات روحه بمدركات فائقة العذوبة.
وإذ يوجه أحاسيسه نحو مصدر ثمرات العرفان الأشهى
والإدراك الحي للحضور الأبهى
يحيا في هذا العالم دون أن يكون مقيداً به
ويفوق فرحُه فرحَ من عثر على كنز من الجواهر الثمينة.
فمن يعقد العزم الأكيد على التعرف على صلته
بذلك الينبوع الحي
يكون في توافق تام مع غاية الحياة
وكل مجهود يبذله يلقى بركة ودعماً من الله لا حصر لهما.
من لا يوقف التفكير والبحث عن سر الأسرار
ولا يبعد بصره عن الهدف المنشود
يشكر الله سعيه
ويكافئه على جهوده
ويكتب له الفوز المبين
المغناطيسية: تنميتها.. معوقاتها .. وفوائدها

باستطاعة الشخص أن ينمّي المغناطيسية التي يختارها سواء لاجتذاب قوة الله العليا، أو تحصيل القوى العقلية أو جذب الضرورات الحياتية اليومية.

لقد منح الله الإنسان جسداً ويجب أن يعتني به ولكن من ينمّي ويستخدم مغناطيسيته في تحصيل الأشياء المادية والقوة العقلية لا غير سينخدع في النهاية. أما الذين ينمّون المغناطيسية

الروحية فإن تلك القوة المباركة ستهتم بهم وتحقق كل احتياجاتهم المادية.

هناك قانون كوني يعمل بفعالية وقد جرّبته في حياتي وتأكدت من عمله.

من الضروري أن يمتلك الشخص جسماً قوياً معافىً يستجيب لأوامر العقل. تصوروا شخصاً متثاقلاً، فاقد الهمة، يذهب إلى عمله دون طموح أو نشاط.. ثم تصوروا حصاناً على أهبة الجري في حلبة السباق لمجرد حصوله على إشارة بالإنطلاق. هكذا يجب أن يكون الجسم.

أحياناً نلاحظ بعض المتقدمين في السن بصحة جيدة وبهمة الشباب، أجسامهم تبدو فتية ومليئة بالمغناطيسية وبالرغم من سنهم فإنهم يتمتعون بشخصيات جذابة.

الجلوس بتراخٍ و"انجعاء" يُذهب الحيوية.. لاحظوا الكيفية التي يجلس بها الناس في مقاعدهم.. بعضهم يبدو متراخياً ونعساناً، بحيث ما أن تراه حتى تشعر بالتعب. شخص آخر يجلس باعتدال فتعرف أنه ذو حضور متوقد وما أن تنظر إليه حتى تتجاوب معه.

من يسمح لنفسه بالجلوس بتراخٍ وبلا مبالاة يساهم بتقوّس وانحناء عموده الفقري من خلال الجلسة غير الصحيحة وهذا النوع من الجلوس يؤثر أيضاً على الحالة النفسية ويجعل الفكر سلبياً. الذين يجلسون باستقامة واعتدال هم أكثر إيجابية وتفاؤلاً.

أما الذين لا يستطيعون – بسبب حالات خاصة – من الجلوس باعتدال فيمكنهم التعويض عن ذلك بتفاؤلهم ونظرتهم الإيجابية وحضورهم الذهني القوي.

ركز ذهنك دوماً على الشيء الذي تقوم به مهما بدا صغيراً وعديم الأهمية، وفي نفس الوقت احتفظ بعقلك مرناً بحيث يمكنك تحويله إلى اهتمام آخر إن دعت الضرورة. ولكن علاوة على هذا وذاك افعل كل شيء بتركيز تام لأن ذلك من شأنه تنمية مغناطيسيتك بشكل كبير.

معظم رجال الأعمال الناجحين في أي مجال يعرفون جيداً كيف يستخدمون القوة المغناطيسية. ضبط النفس يمنح مغناطيسية وكذلك امتلاك عقل متوازن غير متأثر بالعواطف

والانفعالات. يجب تحويل الإنفعال العاطفي إلى قوة.. إلى نشاط ذهني.. ويجب أن تتحكم الحكمة بالعواطف حتى تظهر المغناطيسية.

الذكاء الممزوج بالعاطفة يخلق المغناطيسية. صاحب المغناطيسية يتكلم بثقة. إنه يتكلم كلاماً عقلانياً لكنه يشرّب كلامه بالإحساس. يجب أن نكون صادقين في كل ما نقوله ونفعله لكن الصدق لا يعني إزعاج الآخرين وإحراجهم.

الخضار والفواكه لها خواص مغناطيسية، لا سيما الفاكهة فهي لا تعرقل أو تعيق عملية الهضم، في حين أن الإفراط في تناول البروتينات والنشويات يساعد على ترسّب السموم في الجسم. أي عضو مريض سيخلق عدم توازن في الجسم. يجب إبقاء المعدة بصورة خاصة سليمة ومعافية،على سبيل المثال الغازات في المعدة تسبب المضايقة وبالتالي تؤثر سلباً على المغناطيسية.

كما أن استهلاك كميات كبيرة من الطعام له مضاعفات غير مستحبة في حين يساعد الصيام على إظهار المغناطيسية وكذلك الإستغناء عن بعض الوجبات بين الحين والآخر لكن هذا لا يعني تجويع النفس لدرجة الإضرار بالصحة. الذين يأكلون اللحم ثلاث مرات في اليوم عيونهم كليلة ومغناطيسيتهم قليلة.. ومع ذلك فالغذاء الصحيح وحده لا يكفي بل الحاجة تمس للتفكير السليم والتصرف النبيل والسير باستقامة على دروب الحياة.

على أمل أن نتحدث إليكم مستقبلاً عن تأثير المغناطيسية على الآخرين وعن المزيد من أسرارها.

وأراك متفتحاً في حديقة حبي..
أحسّ بك في أعماق فكري
وأشعر بقربك في أبلغ مشاعري
وأراك متفتحاً في حديقة حبي.
املأني بعطر وجودك
علني أنتشي بأريجك المبارك.
تعالَ إليّ من خلف السماء والنجوم
والأفكار والمشاعر
أرني وجهك الأقدس

ودعني أدرك حضورك في روحي
ومن حولي
وفي كل مكان.
لقد بحثت عنك على مر الدهور والعصور
على دروب الرغبات والمطامح
والآن أدرك أنك تسكن نفسي
وتلهم أقدس أحاسيسي.
لا تحتجب بعد الآن عني
خلف زهور المشاعر
والأفكار ونبض الوجدان.
رصّع روحي بجواهر حكمتك
وانفحني بنسمات نعيمك
واقصِ عني الظلمة التي حجبتك
عن بصري وبصيرتي.
يا من أنت ما وراء النجوم والسماء الزرقاء
وخلف طبقات الجو وكل الكائنات والموجودات..
تقبل همسات عشقي
واغمر كياني بحبك ونورك وسلامك.
ذلك النور وخزائن الأزل

سيأتي اليوم الذي به أودّع هذا العالم، ولكن طالما بقيت على هذه الأرض فإن فرحي الأعظم يكمن في التحدث عن روائع الله للذين يثقون بي، ورغبتي تكمن في مضاعفة شوقهم لذلك النور الرباني الذي منحني التعزية والحرية والأمان الذي يعصى على الوصف.

إن تاريخ الكون بكامل تفاصيله وأدقها محفوظ في خزائن الأزل. ذلك بُعدٌ آخر. هنا في هذا العالم المحدود نبصر الطول والعرض والسُمك والإرتفاع، لكن هناك مستوىً آخر لا توجد فيه هذه الأبعاد. كل شيء شفاف في ذلك المستوى الأثيري.. كل شيء وعي وإدراك. حاسة الذوق هي شعور وكذلك حاسم الشم. مشاعرنا وأفكارنا وأجسادنا كلها وعي. ومثلما نستطيع أن نرى ونسمع ونشم ونتذوق ونلمس في الحلم، هكذا يمكننا اختبار كل هذه الإحساسات بالوعي أو الشعور النقي الشفاف في العوالم

العليا. هذا ما أراه الآن بالضبط أثناء تحدثي في هذه اللحظة. فأنا لست في هذا الجسد، بل إنني جزء من كل ما هو كائن. والأشياء التي أراها هي حقيقية بالنسبة لي تماماً مثلما أنتم حقيقيون.

يجب أن يستيقظ الإنسان كي يبصر الله في كل مكان وكي يعلم الفرق بين الحلم والحقيقة. كثيراً ما أبصر اللانهاية في المكان الذي أنا موجود فيه، وأبصر ذلك المكان في اللانهاية. كل شيء اقترض الحياة من ذلك المصدر الأبدي.

عندما كنت طفلاً جلستُ وصليتُ ليل نهار ولا من جواب أو مجيب. على أحد الجانبين أبصرت البشرية وعلى الجانب الآخر الأبدية التي لم تتحدث إليّ. ومع أنني ظننت بأنني كنت وحيداً وقد هجرني الجميع، لكن الله لم يهجرني لأنه كان كل الوقت حاضراً معي في الخفاء.. خلف أفكاري ومشاعري. وعندما بدأت أبصر النور في داخلي كانت روحي تمتلئ بكيفية غامضة بالعبير الإلهي المبارك..

كنت أرى جذور الأشجار والنسغ ينساب فيها، وشعرت بقربي من الله الذي منحني العزاء وجبر بخاطري. لقد صليت وناديت المرة تلو المرة ليل نهار، وعندما فقدَتْ الأشياءُ رونقها ومعناها بالنسبة لي، زهدت بالدنيا وما فيها، بما في ذلك السعادة خوفاً من أن تكون سعادة مادية فعثرت على الله الذي هو معي الآن على الدوام.

العالم قد يهجرني لكن الله لن يتخلى عني لحظة واحدة. الله هو كل شيء. فهذه القاعة والكون من حولها يعومان كصور متحركة على ستارة وعيي. أنظرُ فلا أرى سوى الروح النقي والنور الشفاف والوعي اللطيف. صورة جسمي وصور أجسامكم وكل الأشياء في العالم هي إشعاعات منبثقة عن ذلك النور الرباني الأوحد. وإذ أبصر ذلك النور لا أرى شيئاً عداه.

عندما تنظرون إلى الشاشة تبصرون صوراً متحركة، ولكن عندما تنظرون إلى الخلف (في السينما التقليدية) لا تبصرون سوى شعاع من النور يسلط الضوء على الشاشة. ذلك يبدو عديم التصديق لكن تلك هي الحقيقة.

في السابق كنت أتحدث عن هذه الأشياء، لكنني الآن لا أتكلم أمام الذين لا يكترثون لها ولا يهتمون بها. لكن الله سمح

لي هذه المرة بالتحدث إليكم كي تعلموا أنه لا يوجد شيء يستحق العيش في سبيله غير الله.

كل شيء إلى زوال. صلوا من أجل الحصول على الذي يبقى ولا يزول.

إليك باقة من زهور الحب
إن محبتنا للآخرين مستطاعة
بفضل حصولنا من يدك الكريمة
على قوة الإحساس بالحب.
إلهمنا إذاً كي نقدّم لك
حبنا الفائق وشوقنا المتقد!
لقد وهبتنا آباءً وأمهات
إخوةً وأخوات
أبناءَ وبناتِ أعمام وأخوال
شريكَ أو شريكة حياة
أطفالاً وأصدقاء
علنا نتعلم كيف نحبك
بتعبيرات مختلفة وفروقٍ طبيعية دقيقة
لكل أنواع العلاقات البشرية.
أيها الودود الأزلي،
أيها القريب الأسمى!
علمني كي أضفر باقة
من كل زهور المحبة البشرية
وأضعها تقدمة في هيكلك المبارك.
أما إن لم أتمكن
من تقديم الباقة بكاملها لكَ
بسبب كثرة واختلاط الولاءات
فسأقطف زهرة واحدة
من أفخر وأنضر الزهور
وأضعها على أعتابك المباركة
عسى أن تتقبلها مني!
وخزات الحياة وطعناتها المباغتة
يا رب الناموس الكوني

ساعدني كي أتقلد جروحي وندباتي
وليدة البلايا والمحن
كنياشين وأوسمة من التأديب
ممنوحة إليّ من يد عدلك الإلهي
الذي لا يعرف المحاباة.
لتعمل مصاعبي اليومية كالترياق المضاد للوهم والخداع
ولتخلصني من الآمال الكاذبة لسعادة دنيوية مزيفة.
ليت الدموع التي أذرفها بسبب فظاظة الآخرين
تغسل من عقلي البقع واللطخات المتوارية.
ولتفتح كل ضربة حادة من معول التكدير
أعماقا جديدة من الحكمة والفهم في أعماقي.
ليت ظلمة هذا الوجود المادي الكثيف تفزعني
بحيث أهرول بحثاً عن آفاق نقائك ونورك الشافي.
لتضطرني وخزات الحياة وطعناتها المباغتة
كي أصرخ مستنجداً بعونك.
ولتكشف حفريات الظروف المؤلمة في تربة حياتي
عن ينابيع عزائك الثرة الدائمة الجريان.
ليت بشاعة الخشونة في الآخرين
تجبرني على تجميل نفسي بالرقة والطيبة
وليذكّرني كلام رفاقي الجارح باستخدام الألفاظ العذبة فقط.
وإن رمتني العقول الشريرة بحجارتها
فلأقابلها بقذائف ودية من نوايا الخير.
وكشجرة الياسمين التي تنثر زهورها العاطرة
على اليد التي تهوي بالفأس على جذعها
هكذا فلأرشّ أوراق ورد التسامح
على كل من يعاملني بجفاء وعداء.
طريقة العيش بسلام وطمأنينة في هذا العالم
الحياة [الدنيوية] ليست كما تبدو. فلا تضعوا ثقتكم بها لأنها متقلبة مخادعة وزاخرة بالخيبات وتحطيم الآمال والأماني. لا يمكن العثور على الكمال هنا. لا أريد أن أعطيكم صورة غير واقعية عن الحياة. هذا العالم ليس جنات النعيم. إنه مختبر إلهي

حيث يمتحن الله النفوس ليرى ما إذا كانت ستقهر الرغبات الشريرة بالطيّبة وتجعله – أي تجعل الله – رغبتها العظمى، علها تتمكن من العودة إلى ملكوته.

الحياة تعج بكل ضروب التراجيديا والكوميديا.. المآسي والملاهي. إنها مشهد كبير متغير ومختلف الألوان لصنوف لا تقع تحت الحصر. ما من شيئين اثنين لهما نفس الشبه والمواصفات. حياة كل إنسان فريدة. كل واحد له قسمات وجه مختلفة، ذهنية مختلفة، ورغبات مختلفة.

لو أننا حصلنا على نفس الإختبارات كل يوم لاعترانا الملل ولسئمنا العيش. وحتى الجنة لو كانت كل يوم على نمط واحد لما رغبنا بها. إننا نحب الألوان والأصناف. لو كانت الجنة تبعث على الضجر لابتهل قديسو وأولياء الله من أجل الرجوع إلى الأرض للترفيه عن أنفسهم! الجنة دائمة التجدد بكيفية ممتعة إلى أقصى حد، بينما الأرض هي غالباً دائمة التجدد ولكن بكيفية مضجرة ومزعجة.

ومع ذلك، وبالرغم من كون الحياة مرهقة شاقة، يتعود عليها معظم الناس، محتسبين أنه ليس من طريقة أخرى للعيش. وإذ يعجزون عن مقارنة هذه الحياة بالحياة الروحية فإنهم لا يدركون مدى الألم والضجر الكامنين في تضاعيف هذه الدنيا.

بالحقيقة الحياة ليست حقيقية. وكما أن الأفلام القديمة يعاد عرضها مراراً وتكراراً، هكذا تتكرر نفس الأحداث القديمة بصور مختلفة.

وبالرغم من استمرارية الحياة إلى ما لا نهاية فإن نفس المواضيع المعروضة في أفلام ماضية يعاد عرضها الواحد تلو الآخر. حقاً أن التاريخ يعيد نفسه والناس قطع أثرية في متاحف الزمن.

لتفرغ الحياة ما في جعبتها من مفاجآت، تقبلها بموضوعية وتجرّد. يجب أن يحافظ المرء على توازنه في الأفراح والأحزان، والربح والخسارة، والنصر والفشل حتى يتمكن من مواجهة تحديات الحياة بجرأة وثقة بالنفس.

المحافظة على التوازن النفسي بالرغم من كل الأحداث هي أفضل طريقة للتغلب على الرغبات المخادعة. هذا ما تعلمته من العظماء الذين لم تؤثر بهم أحداث الزمن، بل ظلوا صامدين عديمي التغير حتى النهاية. وحتى الأنبياء عندما عُذبوا لم يفقدوا وعيهم المقدس ولم يسمحوا لأحد بأن يسلبهم محبة الله.

الفرح الروحي هو بحد ذاته حماية مباركة وهو أعظم حصن على الإطلاق. ووسط المحن والآلام تذكر الخيرات التي أنعم الله بها عليك.

روحك هي معبد مقدس لله. ويجب عدم السماح لظلام الجهل بتدنيس ذلك المكان الطاهر. فما أروع أن يكون المرء في وعي الروح، عزيزاً كريماً، آمناً مطمئناً! لا تخشَ شيئاً ولا تكره أحداً.

امنح محبتك للجميع. اشعر بمحبة الله وابصر وجوده في كل الناس، ولتكن رغبتك الأقوى حضوره الدائم في قلبك. تلك هي الطريقة للعيش بسلام وطمأنينة في هذا العالم. إنما من الصعب تذوق هذا الرضا الذاتي ما دامت رياح الرغبات العاتية تعصف في واحة القلب وتهز أشجارها هزاً عنيفاً.

تتشكل الرغبات طبقاً لبيئة الشخص. فهي وليدة مدركاتنا الحسية ومحدودة بمحدودية تلك المدركات. إن حضور معرض ريفي يحقق الرغبة في بعض الإثارة، لكن بعد أن تكون قد زرت معرضاً عالميا وشاهدت كل المعروضات المختلفة يفقد المعرض الصغير رونقه وقوته الجاذبة. وهكذا يجب أولا أن نتذوق فرح التواصل مع الله حتى نتمكن من المقارنة بين ذلك الفرح والمباهج الأرضية الأقل شأناً. عندئذ ستكون الرغبات ذات طبيعة أسمى. الرغبة لا نهاية لها، إذ ما أن تتحقق رغبة حتى تحل محلها رغبة أخرى. لكن عندما تعثر على الله تتحقق رغباتك كلها. فلماذا لا نطلب أولاً تحقيق تلك الرغبة العظمى ونحصل من يد الله الكريمة على الأفضل والأكثر ديمومة؟!

عندما يستجيب الله لدعاء المريد في التعرف عليه ستتحقق كل رغباته الأخرى على الفور وللأبد.

ذهب الحكمة وفولاذ القوة..

هذا العالم هو مكان بعيد عن الكمال. إنه مدرسة للتجارب والإمتحانات، ومن خلال تلك التجارب نتعلم دروس الحياة. ليس الغرض من التجارب سحقنا بل تنمية قوانا. إنها تأتي نتيجة للقانون الطبيعي الخاص بالنشوء والإرتقاء.. إذ من الضروري لنا أن نتقدم ونرتقي من أدنى الدرجات إلى أعلاها.

الله يمتحننا من كل ناحية لكي يشدد عزائمنا لا ليحطمنا. الجهل يقضي علينا إذا ما وضعنا كل ثقتنا في الجسد. الذين يواصلون بحثهم عن الحقيقة يعثرون على الحياة الأبدية.

ما هي غاية الألم؟ لكي لا نتألم ثانية. هذا العالم هو فرن متأجج به تنصهر نفوسنا حتى يخرج منها ذهب الحكمة وفولاذ القوة والثبات.

غالباً ما تبدو الحياة كأنها لعبة خشنة.. والتبرير الوحيد لذلك هو أنها مجرد حلم كوني لا ديمومة له.

لهذا السبب يعج العالم بالفوارق والتباينات. بعض الناس فقراء وبعضهم أثرياء.

بعضهم معافون وبعضهم مرضى.. وهكذا دواليك.

لقد اختبر الإنسان الكثير في الماضي وسيختبر الكثير في المستقبل، ولكن يجب ألا تخيفه هذه الحقيقة.

الحياة مسرحية كونية، وقد أوكل الله لنا أدواراً يجب أن نؤديها ونحسن الأداء، موقنين أننا ما دمنا نعمل برضىً ونفكر بصفاء فإننا على توافق مع خالقنا ولا خوف علينا. ذلك هو العزاء العظيم الذي تقدمه لنا الحكمة.

أحياناً نفكر أنه من السهل القول بأن هذا الكون هو حلم، ولكن عندما تواجهنا التجارب القاسية يصعب علينا التفكير بأن هذه الحياة هي حلم. من الضروري أن ننمي قوة تفكيرنا بحيث ندرك بأن هذا الكون قد انبثق عن عقل الله وإرادته.

العلاقة بين العقل والمادة شفافة للغاية، ولكي نجتاز تجارب الحياة بنجاح يلزمنا تجديد الشباب جسدياً وفكرياً. علينا أن ننمي مرونة العقل ونوسع قوة تقبله. من يعجز عن مواجهة تجارب الحياة سيكون عديم الحول عندما تهب عواصف المحن وتثور أعاصير البلايا.

إن مفتاح السعادة والقوة والصحة موجود في داخلنا. لكن ما يحصل هو الآتي: إن تمتع الشخص بالصحة الجيدة لعدة سنين ثم مرض لستة شهور يظن أنه لن يتعافى ثانية. يجب أن لا يتمكن الجسم من إقناع الفكر بذلك. الفكر هو الذي يجب أن يقنع الجسم. يجب ألا يتأثر العقل بحالات الجسد ويجب أن ندرك أن الجسد هو مسكن الروح وينبغي أن لا تتأثر الروح به.

لقد منحنا الله القوة للتحكم بالفكر والجسد والتحرر من الآلام والأحزان. الفكر هو مصدر كل المشاكل ومنبع السعادة. في الحقيقة الإنسان هو أقوى من كل تجاربه، وإن لم يدرك ذلك الآن سيدركه فيما بعد.

لا تقل أبداً "لقد انتهيت وقضي أمري" فهذه فكرة سلبية تسمم الفكر. البعض يفكر أنه إن سار قليلاً فسيصاب بالإجهاد، أو إن لم يتمكن من تناول بعض الأطعمة فسيتألم.. وهلم جرّا.

يجب عدم السماح للعقل بالتفكير بالمرض أو بالمحدوديات، وسنجد عندئذ أن الجسد يتغير نحو الأفضل. تذكر أن العقل هو القوة خلف الجسد. فإن كان العقل ضعيفاً كان الجسد ضعيفاً. يجب ألا نيأس ولا نغتم.. فالدنيا بخير والله معنا على الدوام.

قصتي مع الحلوى .. وتمرين الإرادة

سأقص عليكم اختباراً حدث لي وكنت لا أزال طفلاً صغيراً.

بداية، إرادة الطفل تدعى إرادة فسيولوجية أي بدنية؛ فعندما يبكي الطفل يكون ذلك إشارة منه إلى أنه يريد شيئاً ما. إنه يصرخ بسبب حالة جسدية، لذلك الإرادة الأولى هي الإرادة البدنية.

بعدها، عندما يكبر الطفل ويمتثل لإرادة أمه يقال إن الطفل لديه "إرادة آلية" لأن إرادة الطفل تكون في هذه المرحلة مسيّرة بإرادة الأم.

أذكر أنني عندما كنت في طور الإرادة الآلية كنت أفعل كل ما تطلبه مني أمي، وكان لقبي آنذاك "الملاك". لكن في أحد الأيام أخذتني مربيتي بالعربة إلى الدكان، وهناك رأيت قطعاً من الحلوى بلون برتقالي، وقد استرعت انتباهي وجذبتني بشكل غريب.

طلبت من مربيتي أن تشتري لي بعضاً منها لكنها رفضت، فلم أنطق بكلمة وعدنا إلى البيت.

تناولت عشائي، وبعد ذلك عاودني التفكير بالحلوى فقلت لأمي بأنني أريد بعض الحلوى البرتقالية اللون، فقالت "لا.. اذهب إلى فراشك".

كررت الطلب بعد فترة قائلا: " يا أمي أريد قطع الحلوى البرتقالية." فأجابت أمي بلهجة حازمة جازمة "لن تحصل عليها ويجب أن تنام."

عندها صرخت بأعلى صوتي "أريد حلوتي البرتقالية" وألحفت في طلبي وبقيت مصرّاً إلى أن ذهبت والدتي وأيقظت صاحب الدكان من أجل جلب قطع الحلوى لي.

وشعرت بسعادة فائقة، لماذا؟ لأنني استخدمت إرادتي ونجحت! أجل.. أحسست بشعور مدهش لأنني استخدمت إرادتي الذاتية للمرة الأولى. ولكن في اليوم التالي تغيّر لقبي من "ملاك" إلى "شقي" لأنني مارست حريتي واخترت طريقي الخاص لمرة واحدة.

كنت كلما نويتُ الحصول على شيء ما عديم الضرر يستجيب أفراد أسرتي لي، ولكنني كنت دوماً أصغي لصوت العقل، وعندما كنت على خطأ كنت مستعداُ دوماً للتصحيح. ولكن عندما كنت على صواب لم أتزحزح حتى لو عارضني باقي أفراد العائلة.

على الأمهات تدريب إرادة أطفالهن، وألا يحطمن إرادتهم بحرمانهم من رغباتهم لمجرد أنهم أطفال. وإذا ما رغب الأطفال في تمرين إرادتهم في شيء ما صحيح وسليم يجب أن لا يُدعوا أشقياء. يجب عدم تحجيم حرياتهم وأن يحصلوا من الوالدين على مقترحات بمحبة وفهم لرغباتهم الصغيرة. أما إن فكر الآباء والأمهات بتوفير الوقت بضرب الأبناء فإنهم سيخسرون الوقت. يجب بحث الأمور مع الطفل وعدم فعل شيء آخر بعد ذلك، إذ ينبغي على الطفل أن يحصل على لطماته الصغيرة القاسية وعندئذ سيتعلم بطريقة أسرع.

الآباء غالباً ما يفرضون إرادتهم على أولادهم. يجب تنمية قوة إرادة الطفل والتعامل معه بمحبة وتفهّم ورحابة صدر.

بعد قوة الإرادة الآلية في الطفل تأتي "الإرادة العمياء" إرادة الشباب. هذه الإرادة هي كالبندقية التي يُطلق رصاصها في الهواء ولا من نتيجة سوى فرقعات مزعجة. الأحداث يصرفون ديناميت إرادتهم دون طائل.

ثم تأتي "الإرادة المتفجرة"، إذ عندما يصبح الطفل في طور الشباب يفجّر إرادته بالشهوات والتصرفات الطائشة. وقد يتعلم الدرس غالباً بعد أن يحصل على بعض الخضات واللكمات الموجعة.

يقال إن النحلة مغرمة بعبير اللوتس بحيث تبقى في قلب الزهرة لمدة طويلة تمتص الرحيق. وإذ تفعل ذلك تقفل أوراق اللوتس عليها فتواجه حتفها داخل اللوتس.

ثم هناك إيل المناطق الشمالية الذي تثمله ألحان الناي. فعندما يعزف الصياد على الناي يأتي الإيل إليه فيواجه مصيرة المميت.

وهناك كذلك بعض الفيلة المدجّنة (أنثى الفيل) التي تُستخدم لاستمالة واصطياد الأفيال الأخرى.

وفي هذا السياق قال فيلسوف عظيم ما معناه:

النحلة يفتنها العبير
والإيلُ صوتُ الصفير
والفيلُ في الأسرِ يقع
بسبب اللمس المثير.

لكن ماذا بشأن الإنسان الذي يمتلك كل تلك الحواس؟ ونصيحة الفيلسوف له هي:

"لا تكن عبداً لحواسك، ولا تدع شيئاً أو أحداً يسيطر عليك."

أما أنا فأقول:

تذكّر أن كل حواسك قد وُضعت في خدمتك ويجب أن تصغي لأوامرك وتمتثل لإرادتك الواعية."

الغضب وذاكرة الفيل اللاقطة

على الراغبين في السلام الذاتي فهم الطريقة التي يتولد فيها الغضب ويتسبب في كثير من الأحيان بعواقب وخيمة. ونظراً لفقدان التوازن الداخلي بفعل الغضب فقد تحول العديدُ من البشر ضد إرادتهم إلى مجرمين وسفاكي دماء.

إعاقة الشهوات تعمي الفكر.. وعندما يسيطر ضباب الشهوات على فكر الإنسان فإنه يفقد رشده ويتصرف تصرفاً لا يليق بالمقام الإنساني النبيل.

فقدان الرشد يربك التمييز الفطري الذي هو القوة الدافعة وراء كل عمل سليم ونية طيبة.

عندما تنكسر عجلة التوجيه في السيارة العقلية لحياة الإنسان فإنه لا محالة سيتعرض لحادث وقد يجد نفسه في خندق التألم والشقاء.

مثال على ذلك: يكون الزوج سائقاً السيارة بفرح، وفي الطريق نحو المنتزه تطلب منه زوجته أن يغير الإتجاه للذهاب إلى بيت أهلها بدلاً من المنتزه، وهنا ينقلب فرحه غضباً.

لقد انتقيت هذا المثال لأنه شائع الحدوث. في الحالات العادية تكون النتيجة إما رفض الزوج لطلب زوجته أو موافقته بحنق واستياء، وهذا ما يحدث على العموم.. وفي كلتا الحالتين يكون الغضب قد أصبح سيد الموقف فيتعكر الجو ويتكدر الصفاء.

في بعض الحالات يتحول الغضب بالنسبة لذوي المزاج العنيف إلى مأساة، وقد يؤثر الغضب على الذاكرة أو قد ينسى السائق القيادة بحذر وانتباه، أو قد يغفل مراعاة إشارات المرور، والنتيجة حادث اصطدام أو وفاة لا قدر الله.

واستنتاجاً، الغضب يقفل مقود الإرادة في عربة الحياة ويعيقها عن بلوغ غايتها المادية والروحية.

ذاكرة الفيل

القوة المدعوة "ذاكرة" موهوبة للإنسان من الله، ويا لها من نعمة كبيرة! والذاكرة مُنحت للحيوانات أيضاً، إذ لولاها لتعذر عليها التعرّف على صغارها. بعض الحيوانات يتمتع بذاكرة جيدة كما تبيّن القصة التالية عن أحد الأفيال.

بينما كان فيل ضخم ينقل الأخشاب كما يفعل الكثير من الفيلة المدربة في الشرق، اقترب منه غلام ووخزه بإبرة على خرطومه وولى هارباً.

مرّ عام على هذه الحادثة، والتقى نفس الفيل بنفس الغلام، وكانت فرصة سانحة بالنسبة للفيل كي يأخذ بثأره. فما

كان منه إلا أن لفّ خرطومه حول الغلام وقذفه بعنف إلى الجانب الآخر من الطريق.. إذاً الحيوانات تمتلك ذاكرة.

* * *

لقد حلمت أحلاماً عديدة، والآن فإنني متيقظ.. وعلى مذبح روحي أوقد نار تذكري الدائم لك يا إلهي. وبعينيّ اللتين فارقت هجعة السبات جفونهما أرنو إلى وجهك الجميل وأتلذذ برؤية أنواره القدسية.

وبنعمتك أصبحتُ أدرك أن الصحة والمرض والحياة والموت كلها ضروب من الأحلام.

لقد انتهيت من رواية الأحلام المرتسمة بألوان زاهية على ستارة الأوهام البراقة

والآن أبصرك الحقيقة الوحيدة في الوجود.

أراني الله في تلك الرؤية...

الطبيعة بأسرها غير حقيقية. ما فوق الطبيعة هو الجوهر الحقيقي.

كنت أتمشى ذات يوم على أرض المنسك وأرقب نور الشمس من حولي. وأثناء هبوطي الدرج المفضي إلى الشاطئ توقفت وصوّبت بصري نحو الأضواء الكهربائية للدرج التي كانت لا تزال مضاءة فلم أتمكن من تبيّنها لأن نور الله أتاني وغمرني بحيث تعذر عليّ التمييز بينه وبين الأنوار الأخرى الأقل سطوعاً..

{ اللَّهُ نُورُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ}

{ والنور يضيء في الظلمة والظلمة لم تدركه}

ولم أستطع رؤية الشمس أبداً.. فعلمت آنذاك أن نور الشمس والأضواء الكهربائية غير حقيقية في المطلق أما النور الحقيقي فهو نور الله.

لقد أراني الله في تلك الرؤية العظيمة عوالمَ تلو العوالم.. مظاهر لامتناهية لنوره الإلهي وأدركت أن الأشياء التي أبصرها هي مجرد تعبيرات لوعيه الكوني. وإذا ما توافقنا معه نسير في نوره حيثما سرنا ونحسّ بحضوره أنى توجهنا.

عندما نعرف الروح الكوني وندرك أننا في جوهرنا أرواح تذوب عندئذ الأرض والتراب والجبال والبحر والسماء ولا يبقى غير الله.

{ وَتَرَى الْجِبَالَ تَحْسَبُهَا جَامِدَةً وَهِيَ تَمُرُّ مَرَّ السَّحَابِ}

إن انصهار كل شيء في الذات الإلهية هي حالة لا يمكن التعبير عنها بالكلام.. غبطة عظيمة يتم تذوقها مع رضاء كامل من الحب والفرح والمعرفة (فرح المؤمن بلقاء ربه)

مثل تلك النشوة الروحية يمكن بلوغها بخلق التوازن الصحيح بين الحياة العملية والتأمل على الله.

تعزيل المستودع النفسي

تحليل الذات هو أمر بالغ الأهمية على الطريق... قد يكون المرء مبغضاً أو نكد الطباع أو غضوباً. إن كان الأمر كذلك فإن هذه المزايا المختزنة في وعيه هي نتيجة لتصرفات ماضية.

ولتعزيل المستودع النفسي من ذلك الأثاث "المتخثخ" البالي يتعين الشروع بالأفعال الإيجابية البناءة وبالإحساس بالمودة نحو الآخرين. فعلى قدر محبتنا للناس سيحبنا الناس وسنشعر بمحبتهم. أما إن انتقدناهم ولو بيننا وبين أنفسنا فإنهم سيحسّون بذلك الإنتقاد وسيعيدونه إلينا مضاعفاً!

افرض أن عدواً قديماً لك قد مات وبقيت مع ذلك تشعر بالحقد والكراهية نحوه، فستعاني نتيجة لتلك الضغينة وستظهَر أعراضُها السيئة في جسمك وعقلك. من الأفضل أن تسامحه إكراماً لوجه الله لأنك بذلك تتحرر من رغبات الثأر الشريرة التي تفتك بسلامك النفسي وتمزق طمأنينتك. فتكديس الكراهية على الكراهية أو مقابلة البغضاء بمثلها لا تضاعف خصومة عدوك نحوك فحسب بل تسمم أنت أيضاً جسمك ومشاعرك نتيجة لذلك. [فاصفح الصفح الجميل].

(لما عفوتُ ولمْ أحقدْ على أحدٍ

أرحتُ نفسيَ من هَمّ العداواتِ)

يجب أن يترك الإنسان بين الحين والآخر كل شيء ليكون مع ذاته لا غير، كي يتسنى له التفكير بغاية الحياة. معظم الناس عائمون على تيار من التقاليد والأزياء. في الواقع أنهم لم يحيوا حياتهم الخاصة أبداً بل يعيشون حياة العالم. فما الذي حققوه من ذلك وإلى أين وصلوا؟

لهذا من الحكمة أن ينتزع الإنسان نفسه بين الفينة والأخرى من المشاغل و"الواجبات" اليومية كي يهدّئ ثائرة عقله ويحاول معرفة ماهيته وتحديد الغاية التي يريد تحقيقها.

وتذكر أن أعظم شهادة يمكن أن تحصل عليها هي شهادة ضميرك: صوت الروح المميز الذي لا يُعلى عليه. ما يقوله لك ضميرك هو أنت على حقيقتك دون تمويه أو تزويق.

فكر بقوة السيد المسيح الذي قال "اغفر لهم يا أبتاه لأنهم يفعلون ما لا يعلمون."

الإصغاء لصوت الضمير المستنير سيجلب النور إلى طريقك والبركة إلى حياتك. وعندما تشعر بدافع قوي في قلبك لتحقيق رغبة ما، استخدم تمييزك وسل نفسك: "أهي رغبة طيبة أم رديئة تلك التي أسعى لتحقيقها؟"

هناك مؤثرات عديدة تغذي الرغبات في الإنسان. فعندما يرى سيارة من آخر موديل يريد أن يمتلك سيارة مثلها. وعندما يرى بيتاً من طراز جديد، يرغب بامتلاك بيت مثله. زيّ جديد من اللباس يصبح شائعاً فتهفو له القلوب وتتلهف على شراء وارتداء ذلك الزي!

من أين تأتي الرغبات؟ لقد صرفتُ ساعات طويلة متفكراً بذلك. هل باستطاعتك تصنيف كل رغباتك؟ لقد تمكنتُ من فرز كل رغائبي وأبقيت على الصالح منها فقط. وعندما حصلتُ على الوصال الإلهي وجدتُ أن كل رغباتي الطيبة قد تحققت مرة واحدة. اليوم يشتهي الإنسان شيئاً ما وغداً تتوق نفسه لشيء آخر.

إن العقل الذي انبثق عن الله القدير لا يمكن أن ترضيه بضاعة هذه الدنيا، الله هو أعز وأنفـَس كنوز الروح وهو وحده القادر على إشباع حنين القلب وتحقيق أشواق الروح.

الوصول إلى المخزن الكوني الزاخر بالخيرات

الله هو ينبوع ومصدر كل القدرات الفكرية وصانع السلام ومخزن كل رخاء وبحبوحة. ولكي نتناغم مع الوفرة الإلهية التي تفور وتفيض دوماً بالخيرات، علينا باستئصال أفكار العوز والفاقة من نفوسنا مرة وإلى الأبد.

العقل الكوني كامل متكامل ولا يعوزه شيء. وللوصول إلى المخزن الكوني المليء بالخيرات من كل صنف ونوع يجب أن يرسّخ الإنسان في ذاته وعي البحبوحة، وأن يستبشر دوماً بالخير حتى وإن كان لا يعرف من أين ستأتي الليرة أو الجنيه أو الدينار أو الدولار القادم!

فكر بالكرم الإلهي كمطر غزير ومنعش، تتلقفه بأي وعاء في يدك! فإن حملت كوباً ستحصل على ملئه، وإن كان الوعاء أكبر من ذلك ستحصل على ملئه أيضاً. ما هو نوع الوعاء الذي تستقبل فيه الوفرة السماوية؟ قد يكون وعاؤك غير سليم.. فيه ثقوب نفسية وفكرية . والحالة تلك يجب أن تصلحه بالتخلص من الخوف والكراهية والشكوك والحسد، وأن تغسله وتنظفه بمياه السلام والسكينة والإخلاص والمحبة النقية استعداداً لاستقبال الفضل العميم من يد الكريم.

الوفرة الإلهية تعمل بموجب قانونيّ الخدمة والعطاء. أعطِ أولاً ثم خذ. امنح الناس أفضل ما لديك وستحصل في المقابل على الأفضل. لا تتوقع النجاح في كل محاولاتك الأولى. بعض المحاولات قد تفشل ولكن بعضها أيضاً سينجح.

النجاح والفشل متداخلان. لا وجود لأحدهما دون الآخر، ويجب مواجهة المشاكل أو الواجبات الأكثر إلحاحاً بنشاط مركز وبذل قصارى الجهد من أجل تحقيق ما ينبغي تحقيقه.

ابذل المجهود بهمة وحماس حتى بلوغ الشوط الأخير. لا حاجة للنكوص والإرتداد على الأعقاب.

إن لم تعثر على الدرب فلا يعني ذلك أن تكف عن المحاولة. وإن أخطأت الهدف إسأل عن كيفية الوصول إليه، ولكن لا توقف المجهود. كثيرون يعترفون بالفشل حالما تعترض المصاعب طريقهم. الفاشلون يجب أن يستشيروا الناجحين وليس الفاشلين أمثالهم. فلنصمم على بلوغ النجاح ولنجعل هذا المبدأ فلسفتنا في الحياة.

نشيد الغبطة

عندما يوافيني الأجل
ويصمّ الموت مسمعي
سأصغي لصوت محبوبي الإلهي.

وعندما يقطع الداعي الأخير أنفاسي
سأتنسم عبير حضوره الرباني.
وعندما تعقل المنية لساني
سأتذوق رحيق حبه.
وعندما يطمس الردى نظري
سأبصر نوره الكلي الوجود
متوجاً في كل مكان.
وعندما تجمّد الوفاة دمي وملمسي
سألتمس الدفء في صدر حبيبي الكوني.
وعندما تكف عيناي عن مشاهدة الأرضيات
سيخترق شعاع رؤيتي
قلب كل الأشياء ويصوّر خفاياها.
وعندما لا تقوى أذناي على السمع
سأصغي لهمس كل الأشياء السالفة والحاضرة
وتلك التي ستحدث في قادم الأيام.
وعندما يعجز أنفي عن التمتع بعطر الأرض
سأتعقب شذى خفايا الروح في كل اتجاه.
وعندما يعجز اللسان عن التذوق
سأتذكر كل الأشياء الطيبة والمباركة التي تذوقتها..
وعندما يتلاشى إحساسي بهذا الجسد
سيتحسس جسمي الكوني
اللمسة السرية السحرية لكل الأشياء هنا وهناك..
سأحس بالأمواج المتراقصة على صفحة البحر
وبالفقاعات الكونية المندفعة في الفضاء اللامحدود..
خلايا الجسم ستفنى
وقيودها الوقتية ستُحل
إنما ستُبعث حية في لهب الأبدية..
سترى الفرح.. وستسمع الفرح
وستتذوق الفرح وتتنسم نفحات النعيم..
وستحس بالسرور الدائم المتجدد
وترقص على أنغام الغبطة الإلهية.
ألا فلتهجر الحواس رقصة الغيلان .. للألم والموت

ولتتحول إلى أحاسيس من النشوة الأبدية
في مملكة النور والسعد والسعادة.
طريق الحياة هو كالآتي:

عوائق النمو النفسي هي محبة الذات والكبرياء والطمع والغضب والحقد والحسد، وغيرها من الصفات المظلمة التي تقود الإنسان أو تدفعه إلى جهل أعمق مما هو عليه. ما تمس الحاجة إليه هو اتباع الطريق الذي يقود إلى الحرية لأن رغبات الإنسان مسيّرة بعادات تتجدد دوماً ولا تكاد تنتهي أو تقف عند حد. هذه العادات تأسر النفس وتبقيها رهينة بحيث يتعذر على صاحبها السير على درب التحرر والإنعتاق.

طريق الحياة هو كالآتي: على أحد جانبيه يوجد وادي الجهل المظلم وعلى الجانب الآخر يوجد نور الحكمة الساطع. عندما نعمل بوحي الحكمة نخطو بأمان على طريق التحرر ونحصل على ما نحتاج إليه.

الكون بأسره من صنع الإرادة الإلهية، وعندما نتوافق مع تلك الإرادة المباركة يأتينا ما نحتاج إليه دون عناء.

ما عدت أتمنى لنفسي شيئاً لأنني أعلم أن ما أفكر به سيتحقق بكل تأكيد.

امتلاك الحكمة الإلهية والحب الإلهي يحقق كل رغبات القلب، ويا لها من حالة مدهشة عجيبة يعجز اللسان عن وصفها.. عندما تدرك أنك سيد نفسك وقدَرك.. ملك السلام والطمأنينة، لا تخشى شيئاً.. بل العالم بأسره يعمل على تحقيق ما تريد بإرادة وعون الله.

وبما أن الله خلق الإنسان على صورته، فالذين يعثرون عليه يجدون أنه يحقق لهم أي طلب يطلبونه ويعطيهم ما يريدون. لكن ما دام الإنسان يمتلك أدنى رغبة في السيطرة على الآخرين أو في إظهار قواه فلن يعثر على الحرية في الله.

معرفة الله تبدأ في التواضع والمحبة والفرح الروحي. أما القوة الفعلية فتأتي مع معرفة الله.

لو علمت الموجة الصغيرة أن المحيط الأعظم خلفها يسندها لأمكنها القول "أنا واحدة مع المحيط". يجب أن ندرك

يقيناً أن محيط الله يكمن خلف وعينا وأنه قريب منا، ولا داعي للخوف والقلق.

الطبيعة الإلهية هي سلام وتواضع ومحبة وتمدد في الوعي ومعرفة شاملة.. ومن يتوافق مع الله لن يحتاج لأن يبرهن لنفسه أو للآخرين عن القوى التي يمتلكها، لأن روحه تعلم أن القوة الكلية تعضده وإن الله يحرسه ويرعاه أينما وحيثما كان.

العارفون بالله مستيقظون في طبيعتهم الروحية ونائمون في طبيعتهم المادية.. هم يعلمون أنهم يستطيعون الحصول على أي شيء من فضله تعالى.

وهكذا يجب أن نكون صادقين مع أنفسنا وأن نصبو إلى تلك السيادة الذاتية، محاولين الإفلات من حبائل الدنيا ومغرياتها الخدّاعة، وأن نستثمر وقتنا في التفكير بالإيجابي المفيد وغرس بذور الخير في تربة هذا العالم لعلنا بذلك نتركه أفضل مما وجدناه.

ستنفتح في وجهنا الأبواب وتـُمهَد أمامنا الدروب

يجب أن تتمحور الحياة حول الخدمة الإيثارية، إذ بدون ذلك المثل فإن الوعي الذي وهبه الله للإنسان لن يبلغ غايته. عندما نخدم الآخرين وننسى تلك الأنا الصغيرة (الإيغو) سنحس بالنفس العظمى.. بالروح الإلهي.

العمل ضروري وهو حافز قوي لعبقرية الإنسان وتفننه. لكن إن اقتصر الهدف من العمل على جمع المال فإنه يفقد قيمته وتنعدم أهميته.

العمل خدمة، والسلعة التي تستحق البيع يجب أن تتميز بالجودة وتكون ذات نفعٍ فعلي للآخرين. عندما نخدم الآخرين فإننا نساعد أنفسنا بنفس المقدار لأنهم امتداد لنا مثلما نحن امتداد لهم.

الشخص الراشد لا يقدم على أي عمل قبل أن يفكر برويّة. عندما نمنح الخدمة فإننا نتقبل الخدمة أيضاً ولو بصورة غير مادية.

لذلك فإن خدمة الآخرين من خلال منحهم العون المالي أو النفسي أو الأدبي تعني الحصول في المقابل على الرضا النفسي.

إن كل خدمة نقدمها لإخوتنا البشر تقرّبنا خطوة من الوعي العالمي. فعندما يبدي الإنسان اهتماماً صادقاً بالآخرين يمتزج وعيه بهم، أما المحبة غير المشروطة فتوسّع حدود الوعي نحو مشارف الوعي الكوني.

إن فكّرنا بسعادة إخوتنا سيكون حظنا من السعادة وافراً، وإن منحنا محبتنا للآخرين سيحسّون بقوتها وسيتغيرون نحو الأفضل.

التشبث الأعمى والكراهية غير المعقولة كلاهما عائق ضار في سبيل بلوغ مراحل متطورة من الوعي. يجب أن نتعلم محبة الجميع لأن الكل عيال الله.

وكل ما نقوم به من أعمال يجب أن يتم إنجازه عن طيب خاطر مثلما يجب أن نكون طموحين في أداء أعمالنا. عندما يمتلك الشخص رغبة صادقة وهمة عالية للقيام بالأعمال بحب ورضا وبدون كلل أو ملل، فإن النشاط الكوني ينساب بلا انقطاع إلى جسمه ونفسه وإرادته معاً.

من لا يسمح لفكرة الوهن والإعياء بالتسرب إلى وعيه يتيح المجال لشحنات من الطاقة اللطيفة وتيارات من النشاط الحيوي كي تشحن أعصابه وتنعش خلايا وأنسجة جسمه.

عندما لا يمتلك الشخص الرغبة في القيام بعمل ما يحس بالتعب من البداية، ولكن عندما يمتلك الرغبة يطفح كيانه بالنشاط والحيوية. من ينجز واجباته بهمة ورضا يجد أن القوة الإلهية التي لا تنضب تعيله وتعضده.

بعض الناس غارقون في العمل بحيث لا يوجد لديهم متسع من الوقت لاستبطان الذات والتمتع بالحياة. عندما نعمل ونبقي في نفس الوقت الفكر منهمكاً بأمور إيجابية سنحس بقوة خفية تسندنا وتمدنا بالمزيد من النشاط.

إن كان القلب مخلصاً وأميناً في أداء الواجبات ستنفتح في وجهنا الأبواب وتـُمهَد أمامنا الدروب.

نسأله تعالى أن يباركنا كي ننجز أعمالنا بفرح ورضاء في مصنع الحياة.

وأن تلهم حكمته تفكيرنا

و تتراقص أمواج قوته فوق أنهار نشاطاتنا اليومية

غير قادرين على الرؤية بوضوح .. كالديك المذبوح!

لكي نعرف كيفية الإختيار الصحيح في أي ظرف أو موقف يتعين علينا توجيه حُكمنا بقوة البصيرة.

كلنا موهوبون بهذه الحاسة السادسة لكن معظم الناس لا يستخدمونها. وبدلاً من ذلك فإنهم يعتمدون على تقارير من الحواس الخمس الأدنى مستوىً والأقل جدارة بالثقة، لأن تلك الحواس الخمس لا تزودنا دوماً بمعلومات أكيدة يمكننا الإعتماد عليها في اتخاذ القرارات الصحيحة.

وبالإضافة لنطاقها وقوتها المحدودين، فإن الحواس - ومعها الفكر المقيد بالأنا - تفسّر الأشياء طبقاً لما تحبذه وتنبذه وليس وفقاً لما هو صحيح ويخدم في النهاية صالح الإنسان.

ولأن الإنسان يبني قراراته على التقارير التي تزوده بها حواسه وعلى الاستنتاجات التي يخبره بها عقله المرتبط بالحواس فإنه غالباً ما يجد نفسه متورطاً في أمور لا يُحسد عليها.

أتمنى أن يأتي اليوم الذي يدرك فيه العالم بأسره أهمية توجيه الفكر يومياً نحو الداخل لبعض الوقت، التماساً للهداية وطلباً للعون من الله. عندما يفعل الإنسان ذلك يصبح أكثر اتزاناً وأكثر هدوءاً وتمييزاً للأمور، إذ تنفتح بصيرته فيرى الأشياء بوضوح ويتخذ القرار الصائب، مثلما يتحرر من العادات المقيّدة والرغبات الناشزة والعواطف المؤلمة والتعلقات الشخصية التي تدفعه للتصرف بكيفية ما دون التفكير وإعمال الروية.

التمييز هو كالبصيرة من حيث كونه ميزة من مزايا النفس، يساعد المرء في معرفة الأمور التي ينبغي له أن يقوم بها عندما يتعين عليه القيام بتلك الأمور. تلك المزايا الروحية يمكن تنميتها بالتفكير الصحيح والتأمل على الله.

عندما تحجب الرغباتُ والانفعالات تمييزَ النفس تعمى البصيرة سيكولوجياً وروحياً. وعندما تتسلط العواطف على الناس يعانون من الحيرة والإرتباك فيتخبطون ويصبحون غير قادرين على الرؤية بوضوح كالديك المذبوح!

العواطف تجعل الشخص متحيزاً في آرائه ونظرته للآخرين، وتشلّ القدرة على التفكير بصفاء والتعامل مع الموقف بحكمة ورزانة.

عندما نتعلم كيفية فصل الحقائق عن آرائنا الشخصية لا يعود حكمنا متأثراً إلى درجة كبيرة برغباتنا الذاتية. ولو تعلّم الجميع ذلك لكان العالم أكثر فهماً وسلاماً مما هو عليه الآن.

البصيرة عادة ما تظهر في القلب. فعندما يشعر القلب بعدم ارتياح، يدفع ذلك الشعور الشخص للتفكير بأن هناك خطأ ما ويتعين التعامل بحذر مع بعض الأشخاص والمواقف. فإن شعرت بالتوجس تجاه شيء ما، أو رغبت بمعرفة الطريق الذي ينبغي أن تسلكه ركّز على القلب.

وكلما تألبت عليك الهموم وحاصرتك المشاكل ضع فكرك على القلب وحاول أن تكون على دراية بالمشاعر المنسابة منه. احتفظ بالهدوء وسيغمرك فجأة شعور فائق وسيُظهر لك الله من خلال بصيرتك الخطوة التالية التي ينبغي أن تتخذها في تلك اللحظة.

تغيير الطبيعة غير السوية لخلايا الدماغ

لا قدرة للمعالجين الروحيين العاديين أو للكهنة على غفران الخطايا أو تحرير الخاطئين الذين يقصدونهم طلباً للنصح، إذ كل ما يقدرون عليه هو منحهم وصْفاتٍ روحية ليس أكثر.أما العارفون بالله فقد بلغوا مراحل روحية متطورة جداً بحيث لا يكتفون بتقديم النصح الروحي وحسب للخاطئين، بل يمكنهم – بفضل الله وعونه - شحنهم بالقوة الروحية التي تحررهم من نتائج أعمالهم الآثمة.

إن كل الأعمال الصالحة والشريرة كامنة في خلايا الدماغ وتظهر على هيئة عاداتٍ أو نزعات صالحة أو شريرة في الفكر.

الإنسان الذي يعاني من عادات غير سليمة بسبب خلايا دماغه المشحونة بقوة تلك العادات يمكن تحرير نفسه بقوة الإرادة والتأمل والدعاء الصادق والتأكيد الإيجابي المتواصل إلى أن تتحول كل عاداته غير المرغوبة إلى عادات طيبة من السلام والهدوء.

هذا يحدث عندما تعمل قوة الحياة الموجّهة توجيهاً صحيحاً على تغيير الطبيعة غير السوية لخلايا الدماغ بحيث تصبح تلك الخلايا مفعمة بكل ما هو طيّب وصالح وجميل.

وهذا يعني أن خلايا الدماغ المليئة بالأفكار المغلوطة تكتوي بالنشاط الحيوي عند استجماعه بقوة في الدماغ واستخدامه للأغراض النافعة النبيلة.

الشخص المرتبط بقوة مع جسده المادي يستبقي على النشاط الحيوي منشغلاً بعضلاته وحواسه، لكن ذا الميول الروحية التأملية يُبقي عضلاته وجسده في حالة من الإسترخاء الناشط، وفكره بعيداً عن الحواس بحيث تكف قوة الحياة عن البقاء في الجهاز العصبي وتتجمع في الدماغ. لهذا السبب فإن التأمل هو الوسيلة الأنجع لروحنة خلايا الدماغ واستئصال جذور أية عادة غير مرغوب بها من الفكر.

العادة قوةٌ، والناس يسيؤون استخدام تلك القوة باقتراف الأعمال الشريرة بدلاً من توظيفها في أعمال الخير.

إن الجهل، وعدم التروي، وعدم انتقاء المعشر الحسن، وإهمال الأعمال الطيبة، كل هذه غالباً ما توقع الشخص في أشراك وشباك العادات السيئة الشبيهة بالرمال المتحركة التي تبتلع السائر فوقها رغماً عن إرادته.

إن تأثير الصحبة لأقوى من قوة الإرادة ومن التمييز السليم:

[لا تصاحبْ من الأنامِ لئيماً .. ربما أفسدَ الطباعَ اللئيمُ]

الحكماء يتصرفون تصرفاً نبيلاً دون مجهود، أما محبو الأذى فيبدو أنهم مجبرون على القيام بأعمال مشحونة بالضرر والأحقاد بفعل قوة العادة التي ترغمهم على مقارفة الإثم وارتكاب الشرور.

نسأله تعالى أن يلهمنا الأفكار الطيبة
كي نبصر الخير والجمال
ونميّز بين النافع والضار
وكي نتوجه إليه
ونتأمل عليه
مصدر كل خير

وينبوع كل صلاح
"يا جبل ما يهزك ريح"

الشخص المتزن يبقى – أثناء أداء واجباته – هادئاً رصيناً، سواء كان الربح أو الخسارة من نصيبه. النجاح والفشل سيأتيان لا محالة في أوقات مختلفة بحسب قانون الثنائية الكامنة في الجسد والعقل والعالم. والشخص الذي يذكّر نفسه دوماً بطبيعة روحه هو أقل عرضة للمتناقضات والتأثر بأوهام العالم.

على الراغب في تحقيق ذلك التوازن الداخلي ألا يسمح لنفسه بأن تتلوث بالوعي الثنائي الذي هو من طبيعة الجسد. مثل هذه الممارسة هي صعبة ولا شك لأن النفس التي تتعاطف مع الجسد الحسّاس تتقمص صفاته الصالحة والرديئة. وللتحرر من الإرتباط مع حالات الجسد المتقلبة يجب أن يترفع الشخص عن الوعي الجسدي الذي هو منبع كل شقاء.

من يعش تحت رحمة الظروف يبتهج بالمتع والمسرات ويكتئب للألم والمنغصات. أما ذو البصيرة النامية فيبقى هادئاً رصيناً، لا تهزه الاضطرابات والبلبلات التي هي لحمة الحياة العادية وسداها [يا جبل ما يهزك ريح].

المتزن من الناس يبقى – أثناء الحزن والألم – محتفظاً بسكينة باطنية تحت الظروف المادية والنفسية الطيبة والسيئة، وإلى ذلك يمتلك القدرة على التعاطف مع الآخرين والشعور بشعورهم ومساعدتهم دون أن تطغى عليه همومهم، وهكذا يستطيع بقوته النفسية تطييب خواطر الآخرين ورفع الأسى والحزن عن قلوبهم. ومن خلال هدوئه واتزانه يلقن الآخرين درساً مفيداً في عدم الإنغماس في الانفعالات العاطفية المدمرة.

الحكيم يرى الروح الإلهي في الجميع، وإذ يتحرر من الرغبات الأنانية فإنه يتقبّل بقناعة ورضا كل ما يأتيه من الله للوفاء بحاجيات الجسد والعقل والنفس، ويتحرر من قيود (الأنا) ولا يشعر بالعداء نحو الآخرين ولا يحمّل نظراته وكلماته اهتزازات مؤذية تعكر صفو الناس وسلامهم لأنه يرى الروح الإلهي الذي يبحث عنه كامناً في الجميع.

وعندما يبلغ الهدف الأسمى يصبح النجاح والفشل عنده سيان، حيث يتلاشى إحساسه بالإزدواجية إذ يعثر على جوهر الوحدة الشاملة.

وإذ ينجز أعماله حباً لله وخدمة للإنسانية فإنه يبقى عديم التعلق على الدوام.

لبلوغ السعادة

لبلوغ السعادة يتعين على الإنسان أن يحيا حياة محكومة بضبط النفس. ومن يصمم على التحكم بظروفه طبقاً لنواميس الحياة العليا فإن ظروفه ستكيف ذاتها تلقائياً تبعاً لذلك.
الصعوبات التي تواجهنا في هذه الحياة تأتي لاستنهاض هممنا وحثنا على بذل مجهود أكبر حتى نتمكن من بلوغ مستويات أرقى.

إن كان ما تطلبه السعادة فاسلك الدروب الموصلة إليها ولن يتمكن أحد من صدّك عنها أو حرمانك منها.

لقد وهبنا الله العقل ويجب أن نشعل فيه أنوار الإيمان والتفاؤل والفرح ونحرره جهد المستطاع من كل الإختبارات المزعجة. كما ينبغي أن ننمي قوة الإرادة بحيث نتحكم بظروفنا بدلاً من أن تتحكم بنا.

من الضروري وضع خطط منطقية وسليمة لحياتنا بحيث نتمكن من إنجاز كل الأشياء الحسنة التي نريد إنجازها والتي نعرف ضمناً أن لا بد لنا من القيام بها. وإذ نخطط ونسعى ونعمل فلنتذكر أن الله الكريم هو الذي يمدنا بالعون ويلهمنا الصواب، وبذلك سنمتلك العزيمة ومعها الصبر وقوة الإحتمال وسلامة الرؤية.

تمنياتنا لكم بالنجاح والسعادة أينما كنتم في أرض الله الواسعة

كلها أطياف وصور متعاقبة...
حدائق الورود
وأودية الدموع
وقطرات الندى المعتلقة بالبراعم الغضة
وأفراح الطفولة
والأهواء الجامحة

والمباهج العارمة في مدها وجزرها
والأحزان الثقيلة على القلوب
وشموع السماء تومض وتغيب
وسراب الولع يستدرجنا
من وهم إلى أوهام
والرغبات ذات الضرام
والتشبث الأخطبوطي العنيد
وصرخة الوليد
وحشرجة الاحتضار
وبهجة الصحة الفائرة
واللحظات العابرة
كلها أطياف وصور متعاقبة
على شاشة الوعي.
ساعدني يا رب
كي أنمّي المناقب والمزايا النبيلة في داخلي..
وكي أدرّب جنود السكينة وضبط النفس في ذاتي.
كن قائدها الرباني
في المعركة الحاسمة
ضد الجهل والجحود
ولأرفع رايتك المباركة والبنود..
راية الحق وبنود البر والصلاح
خفاقة فوق صروح روحي
وأقطار حياتي.
* * *

يجب مراعاة الحذر بدل الخوف. يجب اتخاذ التدابير الوقائية وبذل قصارى الجهد للتخلص من أسباب المرض والتحرر من الخوف. الجراثيم موجودة وبكثرة في كل مكان بحيث لو راح الإنسان يرهبها لعجز عن التمتع بالحياة. وحتى بالرغم من كل إجراءات الوقاية الصحية، لو تمكن الشخص من معاينة بيته تحت عدسة المجهر لفقد شهيته ورغبته في تناول الطعام.

مهما كانت الأمور التي تخشاها، حوّل فكرك بعيداً عنها. اتركها لله وعزز ثقتك به. الكثير من التألم عادة ما يكون بسبب

القلق النفسي. لِمَ التألم والمرض لم يأتِ بعد؟ وما دامت معظم أمراض الناس ناجمة عن الخوف فإن تخلوا عن الخوف سيتحررون على الفور وسيكون الشفاء فورياً. كل ليلة، وقبل النوم، أكد لنفسك: "الله معي، ومن كان الله معه لا خوف عليه." حوّط نفسك فكرياً بروح الرب وطاقاته الكونية معتبراً أن أية جرثومة تهاجمك ستصعق. إن تكرار "يا الله يا قدير" أو "يا رب يا معين" بكل ثقة سيحميك ويقويك ويجعلك تشعر بالراحة والصحة. إن تناغمت مع الله ستنساب حقيقته إليك وستعلم أنك في جوهرك روح لا يمسه العناء ولا يحيق به الفناء.

كلما شعرت بالخوف، ضع كفك على قلبك ملاصقاً للجلد ودلكه من الشمال إلى اليمين مردداً: "يا رب ابعد هذا الخوف عني وحرر فكري وعقلي من أي تشويش." وكما توجد طرق للتخلص من التشويش الإذاعي، هكذا إن دلكت القلب باستمرار من اليسار إلى اليمين، وإن ركزت باستمرار على فكرة إقصاء الخوف من قلبك سيزول الخوف بعونه تعالى وستشعر بالفرح الإلهي يغمر كيانك بأسره.

الخوف يلازم الإنسان على الدوام، والتخلص منه ممكن بالتفكير بالله والإحساس بحضوره.

اتكل على الله وكن أصيلاً في كل ما تفعله. المقلدون كثر، فلا تضف إسمك إلى قائمتهم الطويلة. أتقن ما تقوم به وافعله بكيفية فريدة لم يسبقك إليها أحد من قبل. المجال مفتوح للإبداع ما دامت الرغبة صادقة والإرادة متوفرة. الطبيعة بأسرها تتجاوب معك عندما تتوافق مع الله.

غالباً ما يضع الإنسان نفسه أولاً، ولكن يجب أن نفكر بالآخرين ونساعدهم على قدر طاقتنا، ونتمنى لهم الخير كما نتمناه لأنفسنا. عندما نفعل ذلك عن طيب خاطر ومن قلوبنا نشعر باتساع في دائرة تعاطفنا وبعمق وتعاظم الألفة بيننا وبين الآخرين.

في بيئة عدد سكانها ألف شخص، لو تصرف كل واحد تصرفاً ودياً لكان لكل واحد 999 صديقاً. ولكن إن تصرف كل واحد في تلك البيئة كعدو للآخرين، سيكون لكل واحد 999 عدواً.

ضوء القمر و الأقطار البعيدة السعيدة

عندما يحل المساء، أمزج فكرك بضوء القمر
واغسل أحزانك بأشعته.
أشعر بالنور العجيب ينتشر بهدوء فوق جسمك
وفوق الأشجار والأقطار المترامية.
قف في الفضاء الفسيح وارنُ بعينيين هادئتين
إلى شعاع القمر وما يُظهره من مناظر رائعة.
أنظر الهُدب المغشّى للأفق المتألق..
ودع أفكارك التأملية تعبر حدود المنظور
إلى أرض الأحلام الذهبية.
انتقل بفكرك من الأشكال التي تظهرها أشعة القمر
إلى النجوم السحيقة والسماء القصية
الكامنة ما وراء السكينة الأبدية للأثير الحي
حيث كل شيء ينبض بالحب والحياة.
أرقب امتداد أشعة القمر
لا على الأرض وحسب
بل في كل فج من أصقاع اللانهاية لعقلك السامي.
تأمل بعمق حتى تتمكن من بلوغ الأقطار البعيدة السعيدة..
أقطار الإدراك الروحي العميق..
وتبصر الكون نوراً فضياً
لا حد له ولا انتهاء.
* * *

الإنسان مقيّد بعادات غير سليمة، وهذه العادات يتم تغذيتها باستمرار في الوقت الذي تحتضر فيه العادات الطيبة وتقضي سغباً.

ضيوفٌ غير مرغوب بهم احتلوا المكان الأول في حياة الإنسان، في حين لا يتلقى الزوار الكرام منه سوى التجاهل والإعراض، فيرتدون عن بابه مهانين، مكسوري الخاطر.

العادات الطيبة تحتاج تنميتها إلى تغذية بأعمال طيبة، وهذه تتكفل بها الصحبة الحسنة والكتابات الملهمة ، لأن تأثير البيئة أقوى من الإرادة.

البشر يسيرون باتجاه المادة، ونور الفكر الكشاف مسلّط نحو الخارج باستمرار بدلاً من توجيهه نحو الداخل. والناس

يركضون هنا وهناك، لكن لا يوجد مكان في العالم يحميهم من أنفسهم ومن ضمائرهم، ولا بد من وقفة مع الذات.

إن صلى الإنسان من أجل النجاح وكانت أفكاره في نفس الوقت تغص بأفكار الفشل والعشوائية واللامبالاة يكون كذلك الشخص الذي أرسل شخصاً في مهمة فهاجمه اللصوص على الطريق. اللصوص الذين يسلبون نجاح المرء هم عاداته السيئة. فالإنسان يرسل أطفال صلواته إلى الله دون حماية فيهاجمهم لصوص القلق والهموم على الطريق قبل بلوغهم الله. طبعاً الله يصغي للصلوات لأنه موجود في كل مكان وعليم بكل شيء، لكن تحت بعض الظروف لا تستجاب الصلوات. ولماذا لا تُستجاب أحياناً؟ الجواب هو بسبب البذور السلبية الكامنة في تربة العقل الباطن. تلك العادات السيئة التي تشكلت في الماضي البعيد والقريب تقف عائقاً بين الإنسان والله. لا بد من غرس الأفكار الإيجابية في تربة النفس حتى تنبت وتنمو في الظروف المناسبة وتأتي أُكلها. لا يمكن الإعتماد على الصحة والبحبوحة والظروف فقط، فهذه متقلبة وغير دائمة، ومن الحكمة الإستثمار في مجال الروح.

هناك قوى مدمرة تعمل دون توقف في حياة الإنسان وداخل نفسه، وهي ناجمة عن أفعال خاطئة قام بها في الماضي. لذلك عليه أن يكون دائم اليقظة والإحتراس في مجابهة تلك القوى العاتية والتعامل معها.

من يصلي من أجل النجاح وفي نفس الوقت يقول بينه وبين نفسه "لا أعتقد أنني سأنجح" فلن ينجح. الصلاة يجب أن تـُرفع بإيمان متقد وقلب متواضع كي تشرق الأنوار الربانية وتحل البركات السماوية.

وكما يتعذر التحدث من خلال هاتف معطل، هكذا لا يمكن بث الشخص صلواته بفعالية من خلال جهاز عقلي عطلته مطارق القلق والهموم والتبرم والتعلق بأمور زائلة. بالسكينة العميقة والتناغم الهادئ مع الإهتزازات الراقية البناءة يمكن تصليح ومعايرة الجهاز العقلي بحيث تتضاعف قوة استقباله الروحية وبذلك يصبح من المستطاع بث الرسائل الوجدانية الحارة لله بكفاءة وفعالية والحصول على استجابة مباركة منه.

يا رب، بكفين مضمومتين إلى صدري أقدم إليك كل كياني، وأضمخ ابتهالاتي بالمحبة العميقة. امنحني محبة الأطفال الأبرياء نحوك، وساعدني كي أشعر بقربك خلف عبارات ابتهالاتي. دعني أحس بحضورك في كل مشاعري، ولأدرك أن حكمتك تسند فهمي وأن حياتي هي قبس من نورك ومظهر من مظاهر حياتك الكونية.

هم عادة أسعد الناس

سعادة الإنسان الحقيقية تكمن في استعداده الدائم للتعلم والتصرف السليم والمحترم. وكلما قوّم نفسه كلما ساعد في ترقية الآخرين من حوله وإسعادهم.

السبب الأساسي للآلام

إن ارتباط الذات الروحية بالجسد والعقل وتحققها معهما هو السبب الأساسي لكل آلامنا وقيودنا وتقييداتنا وتقصيرنا وقصوراتنا. وبسبب هذا الارتباط نشعر بالإثارة كالألم واللذة لدرجة لا يمكننا معها الإحساس بالغبطة أو الوعي الإلهي.

فالدين في جوهره يشتمل على التلافي الدائم للألم وبلوغ الغبطة النقية أو الله.

وكما أن صورة الشمس الفعلية لا يمكن رؤيتها واضحة في سطح الماء المرتج، هكذا الطبيعة الحقيقية المغبوطة للنفس الروحية (انعكاس الروح الكلي) لا يمكن فهمها وإدراك كنهها بفعل أمواج الاضطراب والقلق الصادرة عن تماهي النفس مع حالات الجسد والعقل المتقلبة المتغيّرة.

مثلما يشوه الماء المخضوض صورة الشمس الحقيقية، هكذا يشوّه الفكر المضطرب طبيعة النفس الباطنية دائمة الغبطة بفعل ذلك التماهي أو الارتباط.

جاء في أسفار الحكمة الشرقية:

"إن استطعت أن تسمو على الجسد وأن تدرك أنك روح، لامتلكت الغبطة الأبدية، ولتحررت من كل ألم." {وَقُلْ رَبِّ زِدْنِي عِلْمًا}

{وستعرفون الحق والحق يحرركم}

الحرية تأتي من السيادة الذاتية .. العادة الصالحة أعظم صديق

إن أكثر كلمات معلمي سري يوكتسوارجي تأثيراًهي ثلاث كلمات كان يرددها دوماً على مسمعي (تصرفْ تصرفاً لائقاً learn to behave) وإني لأعجز صدقاً عن تقديم واجب الشكر له على ذلك، علماً بأنه لم يكن من السهل التصرف دوماً بكيفية لائقة.

عندما ينبغي لك أن تقهر شيئاً ما فيجب أن تعرف السبب من التغلب على ذلك الشيء. يجب ألاّ تهجر ذلك الشيء وتبتعد عنه وحسب، بل ينبغي التخلص من التفكير به وطرده من الأفكار ذات الصلة. التفكير السلبي عدو لدود يتعين قهره.

إن غيّرت مجرى أفكارك من الوعي الحسي إلى الوعي الروحي فستكتب لك الغلبة وتجلب لنفسك السعادة. الإنجازات تكمن في العقل. يجب أن يسأل الإنسان نفسه: "هل أنا عبد لحواسي أم سيد لها؟ وهل أنا غني بالسلام أم فقير روحياً"

يجب ألا يصبح الإنسان ضحية لعدم الإعتدال. تمتع بالأشياء ولكن لا تسمح لها بأن تستعبدك. كن متحررا. كن لطيفاً ودوداً ومستبشراً فرِحاً، وكن سيد نفسك تحت كل الظروف. ويجب ألا يكون المرء عبداً للحواس وحسب بل ينبغي أن يتصرف بحسب قناعاته السليمة. من يرغب بالترفع عن الثنائيات وبلوغ الوعي الكوني عليه أن يمتلك ضبط النفس وأن يدرّب نفسه على احتمال كل الأشياء وكل الظروف دون اضطراب نفسي ودون انزعاج.

إن عمل ما يحلو للإنسان عمله ليس حرية، بل إساءة لاستخدام الحرية. الحرية تأتي باتباع قانون سيادة الذات أي ضبط النفس. الحرية الحقيقية معناها عمل كل شيء بوحي الحكمة. الحرية ضئيلة وضحلة بدون التوافق مع الله ونواميسه.

إن حياة معظم الناس محكومة بالرغبات والأهواء والطباع والعادات والمؤثرات البيئية والإجتماعية.

عندما تبتدئ العادات الجسدية بالسيطرة على الفكر يصبح من العسير على الجسد تنفيذ أوامر الإرادة. لهذا السبب يعجز السمناء عن التخلص من سمنتهم حتى ولو اتبعوا غذاء الحمية. فالخلايا الواعية قد شكلت عاداتها الخاصة ولا تستجيب بسرعة لأوامر العقل. لكن إن تم تدريبها بشكل صحيح ستمتثل عن طيب

خاطر لإيعازات العقل دون أدنى مخالفة للقوى العقلية السامية.. القوى التي لها المقدرة على التحكم بالجسد إذا ما تم تدريبها وتمرينها بالكيفية الصحيحة.

العادة الصالحة هي أعظم صديق لك، والعادة السيئة هي عدو في ثوب صديق. فليحذر الإنسان إذاً من تكرار عادة أو فعل ما لأن التكرار يحوّل الفعل إلى عادة قبل أن يدرك الشخص ذلك، والعادة تصبح طبيعة ثانية، إنما يمكن تغييرها بالأفعال الطيبة المتواصلة والتفكير الإيجابي الخلاق.

دلائل النظام والاتساق في كل مكان

المفكرون الأوائل استدلوا بملاحظتهم أن كل إنسان هو مزيج من المادة والعقل، ونتيجة لهذه الملاحظة اعتقدوا بوجود قوتين مستقلتين: الطبيعة والعقل.

بعد ذلك أخذوا يتساءلون: "لماذا كل ما في الطبيعة منسّق بكيفية معينة؟ لماذا إحدى ذراعي الإنسان ليست أطول من الأخرى؟ ولماذا لا تتصادم النجوم والكواكب في الفضاء؟ إننا نبصر دلائل النظام والاتساق في الكون حيثما نظرنا."

ومن هذا المنطلق استنتجوا أن العقل والمادة لا يمكن أن يكونا منفصلين وفي نفس الوقت يكون لكل منهما سيادة مطلقة، إذ لا بد من وجود عقل واحد يضبط الكل.

وطبيعي أن يقود هذا الاستنتاج إلى فكرة وجود إله واحد هو علة وأصل المادة والعقل معاً، وهو موجود بهما وما وراءهما. إن الذي يكتسب الحكمة المطلقة يدرك أن كل شيء هو في جوهره روح، مع أن ذلك الروح محتجب في المظهر ومتوارٍ عن النظر.

من يمتلك المعرفة الروحية يبصر نور الله متجلياً في كل مكان.

والسؤال هو: كيف تمكـّن الباحثون من العثور عليه في البداية؟

كخطوة أولى، أغمضوا عيونهم للتخلص من الاتصال المباشر بالعالم والمادة، حتى يتمكنوا من تركيز الانتباه بصورة كاملة على معرفة العقل الكلي الكامن خلف العالم والمادة معاً.

لقد أدركوا بالبديهة أنه لا يمكنهم معاينة الحضور الإلهي في الطبيعة من خلال المدركات العادية للحواس الخمس. وهكذا فقد

بحثوا عن طريقة للإحساس بوجوده داخل أنفسهم بالتركيز العميق والدقيق عليه.

وأخيراً تمكنوا من غلق وإقفال كل أبواب ومنافذ الحواس الخمس، مستغنين مؤقتاً عن وعي المادة استغناءً تاماً. عندئذ أخذ عالم الروح الباطني بالظهور لهم والانفتاح أمامهم.

فللعظماء الذين واصلوا بحوثهم الباطنية دون كلل أو ملل تجلى الله أخيراً.

ضع قوة الله خلف مجهوداتك

اطلق – لأغراض نافعة بنـّاءة – القوى التي في حوزتك، وستحصل على المزيد. سر على الطريق بتصميم راسخ لا يتزعزع ولا يتراجع، مستخدما كل مقومات وعناصر النجاح. اعمل على توفيق ذاتك مع قوة الروح الخلاقة وستكون على اتصال مع العقل اللانهائي القادر على إلهامك وحل كل مشكلاتك.

وستنساب إليك – دون انقطاع – قوىً من المصدر الجبار لكيانك الروحي بحيث ستتمكن من القيام بإنجازات وإبداعات رائعة في كل مجالات الحياة.

يجب أن تجلس بسكون قبل البت في أي موضوع هام، ملتمسا ً العون والبركة من الله. عندها ستدرك أن خلف قوتك تكمن قوة الله، خلف عقلك عقل الله، وخلف إرادتك إرادة الله. ما دام الله يعمل معك فلن تحبط مساعيك ولن تفشل، بل ستتضاعف قواك وتزداد قدراتك. وعندما تنجز أعمالك خدمة لله ستحصل على بركاته.

إن كان عملك في الحياة متواضعا ً فلا تعتذر عنه. افتخر لأنك تنجز الواجبات الموكولة إليك من الله. فهو يريدك أن تقوم بدورك على أكمل وجه. لا يستطيع الكل القيام بنفس الدور الذي تقوم أنت به. فما دمت تعمل من أجل مرضاة الله فإن كل القوى الكونية ستعمل بتوافق من أجل سعادتك وإسعادك.

عندما تؤكد لله بأنك تريده علاوة على كل شيء ستتوافق مع إرادته. وعندما تطلبه دون توقف مهما كانت العوائق التي تعترض سبيلك لتصدك عنه، فإنك والحالة هذه تستخدم إرادتك البشرية أفضل استخدام، وتستخدم أيضا ً قانون النجاح الذي كان

معروفا للحكماء القدامى والذي يعرفه أيضاً كل الذين أحرزوا النجاح الفعلي.

القوة الكونية المقدسة هي في خدمتك ما دمت تبذل مجهودا فعليا لاستخدام تلك القوة المباركة من أجل إحراز الصحة والسعادة والسلام. وإذ تحقق هذه الأهداف النبيلة ستسير على طريق معرفة الذات نحو بيتك الحقيقي في الله.

السعادة معيار النجاح

يجب التأكد أولاً من أن الغاية التي ترغب في تحقيقها تستحق السعي في سبيلها وأن الوصول إليها يستحق أن يعتبر نجاحا فعلياً.

ما هو النجاح؟ إن امتلكت الصحة والثروة وكان لديك مشاكل مع كل إنسان (ومع نفسك أيضا) فحياتك ليست موفقة. الدنيا تصبح قاتمة والحياة عقيمة إن لم تعثر على السعادة. عندما تفقد المال تكون قد فقدت القليل. وعندما تفقد الصحة تكون قد فقدت شيئاً أكثر أهمية. أما عندما تفقد السلام وراحة البال تكون قد فقدت أثمن كنوز الحياة.

لذلك يجب قياس النجاح بمعيار السعادة، بالقدرة على التوافق والانسجام مع القوانين الكونية. فالنجاح لا يقاس أصلا بالمعايير الدنيوية من صحة وجاه وقوة. هذه الأشياء بحد ذاتها لا تمنح السعادة ما لم تـُستخدم استخداماً صحيحا. ومن أجل ذلك يجب أن يمتلك الإنسان الحكمة ومحبة الله والإنسان.

لقد منحك الله المقدرة على مكافأة أو معاقبة نفسك باستخدام أو سوء استخدام عقلك وإرادتك. فإن تجاوزت قوانين الصحة والرخاء والحكمة فستعاني حتما من المرض والفقر والجهل. لذلك يجب أن تقوّي عقلك وأن ترفض حمل الأعباء النفسية والخلقية المتراكمة من السنوات الماضية. احرق تلك الأكداس البالية في نيران مقرراتك المباركة الحاضرة ونشاطاتك البنـّاءة، وستبلغ آفاق الحرية.

تتوقف السعادة – بعض الشيء – على الظروف الخارجية، لكنها تعتمد أصلاً على الحالة النفسية. ولكي تصبح سعيداً يجب أن تمتلك صحة جيدة وعقلاً متزناً وحياة مزدهرة وعملاً مناسباً وقلباً شكوراً، وعلاوة على كل شيء الحكمة ومعرفة الله.

إن تصميماً قويا كي تصبح سعيدا ًسيساعدك كثيرا ً. لا تتوقع أن تتبدل ظروفك، محتسباً من قبيل الوهم أن المتاعب تكمن بها. لا تجعل التعاسة عادة قوية مستحكمة يصعب التخلص منها، مسببا بذلك الألم النفسي لك ولمن حولك.

إن من أكبر النعم عليك وعلى الآخرين أن تكون سعيدا ً ومتفائلا. إن امتلكت السعادة تكون قد حصلت على كل شيء. السعادة معناها التوافق مع الله، والتأمل يمنح القدرة على إحراز السعادة.

العادات الفكرية: تعجيل أو تأجيل النجاح

لعادات الإنسان القدرة على تعجيل أو تأجيل نجاحه. ليست الإلهامات العابرة أو الأفكار المشرقة، بل عادات الإنسان الفكرية اليومية هي ما يقرر مسار حياته.

العادات الفكرية هي مغناطيس عقلي يجذب إليك صنوفاً معيّنة من الأشياء والبشر والظروف. عادات الفكر الطيبة تمكـّنك من اجتذاب الفرص النافعة المواتية، أما العادات الفكرية السيئة فتقرّبك من ذوي الطباع والميول الدنيوية ومن ظروف غير مستحبة.

يمكنك إبطال مفعول العادات السيئة وشل قواها بتجنـّب كل ما من شأنه أن يوقظها أو ينعشها، دون التركيز المتواصل عليها. بعد ذلك قم بتوجيه فكرك نحو عادة طيبة واعمل على تنميتها باستمرار حتى تصبح عنصراً لا يتجزأ من حياتك يمكنك الوثوق به والاعتماد عليه.

في داخلنا قوّتان متعاكستان في صراع مستمر: قوة تدفعنا لفعل ما لا ينبغي لنا أن نفعله، وأخرى توحي لنا بفعل ما يتوجب علينا فعله من الأمور التي تبدو أكثر صعوبة. الصوت الأول هو صوت الشر، أما الصوت الثاني فهو صوت الخير أو الله.

وبفعل وفضل الدروس اليومية الصعبة سترى بجلاء أن العادات السيئة تغذي شجرة الرغبات المادية التي لا انتهاء لها، بينما العادات الطيبة تغذي شجرة الأماني والطموحات الروحية السامية.

يجب أن تركـّز جهودك أكثر فأكثر على التنمية الصحيحة للشجرة الروحية المباركة حتى تتمكن يوما ما من قطف ثمار معرفة الذات الناضجة الشهية.

إذا استطعت تحرير ذاتك من كل أنواع العادات السيئة، وإن تمكنت من القيام بكل ما هو طيب ونبيل محبة بالنبل والطيبة وليس لأن الشر يجلب الحزن والندامة فستنمو بالروح وستتقدم على الطريق.

ستتحرر عندما تهجر عاداتك السيئة طوعاً واختيارا. لن تتحرر إلا عندما تصبح سيدا قادرا على إصدار الأوامر لمشاعرك وأفكارك وإرادتك كي تفعل ما ينبغي فعله، حتى ولو كان ذلك ضد رغباتك. في تلك القوة لضبط النفس والسيادة الذاتية تكمن بذور الحرية الأبدية.

لقد ذكرت حتى الآن عدة ميزات هامة للنجاح: التفكير الإيجابي، الإرادة الفاعلة، التحليل النفسي، روح المبادرة، وضبط النفس. هناك كتب عديدة تؤكد على واحدة أو أكثر من هذه الميزات ولكنها لا تعترف بالفضل للقوة الإلهية الكامنة خلف عوامل النجاح تلك. التوافق مع الإرادة الإلهية هو العنصر الأهم في تحقيق النجاح.

الإرادة الإلهية هي القوة التي تحرك الأرض وما عليها والكون وما فيه. إنها إرادة الله التي تدفع النجوم في الفضاء، وإنها إرادته التي تحفظ الكواكب في مساراتها وتنظـّم دورات الولادة والنمو والتحلل لكل صور الحياة.

جمرات الأشواق

يا رب..

لتتوهج جمرات أشواقي للأبد بحضورك المبارك.

اقطف يا إلهي الحبيب لوتس محبتي من أوحال النسيان الأرضي، ورصِّع بها صدر ذاكرتك دائمة التيقظ.

في محراب الأفلاك أسجد لك يا إلهي
لقد سمعت صوتك في أريج الورد
ولمست حنوّك في رقَّة الزنابق
وفي همس أشواقي كان حبك هو المجيب.

إنني أعلم بأن الله يمكن التعرف عليه بالتأمل وبالإدراك اليقيني لكن ليس بالعقل المشوش المضطرب.

سأفتح عينيَّ على غبطة التأمل وسأرى بأن الظلمة برمتها قد تبددت. سأبترد في غدير السلام الإلهي المخبوء خلف أسوار التأمل، وسأجعل كياني الداخلي نقياً بالتأمل بحيث لا تعبث به المؤثرات الخارجية المعاكسة.. وسأستقبل كل يوم بالتأمل على العلي القدير.

في محراب السكون أكتشف مذبح سلامك

وعلى مذبح السلام أعثر على سرورك الدائم المتجدد.

دعني أسمع صوتك يا رب في كهف التأمل وسأعثر عندها على السعادة السماوية الدائمة في ذاتي.. وسيغمر السلام قلبي ويعم كياني، سواء في السكون أو أثناء العمل.

كل نجمة بهية متلألئة في قبة السماء، وكل فكرة نقية طاهرة،

وكل عمل نبيل ومأثرة جميلة ستكون نافذة منها أرنو إليك يا إلهي الحبيب.

بتركيز ذهني تام وأشواق لا متناهية سأرسل وعيي عبر العين الروحية (بين الحاجبين) إلى مملكة الخلود.

وسأحرر روحي من أسر الجسد وأمزجها ببحر الروح الأعظم.

ضرورة التحليل النفسي

هناك سر آخر للنجاح هو التحليل النفسي. فاستبطان الذات هو مرآة فيها تبصر خفايا وخبايا عقلك التي بغير ذلك تبقى محجوبة عنك.

قم بتشخيص نقاط فشلك وافرز نزعاتك وميولك الطيبة والرديئة.

استخدم التحليل الذاتي لتعرف أين أنت الآن وما الذي تريد تحقيقه وما هي العقبات التي تعيق طريقك. حدد طبيعة عملك الفعلي واعرف ما هي مهمتك في الحياة.

حاول أن تمتلك كل مقومات الشخصية الأصيلة والنبيلة، غير مدفوع بالميول والأهواء. وإذ تحتفظ بعقلك متوافقا ً ومتناغما ً مع الله ستتقدم بسرعة وبأمان واطمئنان على الطريق نحو

غايتك المنشودة. هدفك الأسمى هو العثور على طريقك إلى الله. ولكن هناك أيضاً واجبات ومسؤوليات ينبغي إنجازها والوفاء بها في هذا العالم.

إننا على هذه الأرض نبدو غرباء، وفقط عندما نحب الله نصبح إخوة وأخوات.

الإرادة المقترنة بروح المبادرة ستساعدك على تحديد التزاماتك وانجازها على أكمل وجه. ما هي روح المبادرة؟ إنها مقدرة خلاقة في داخلك: شرارة من المبدع اللانهائي يمكن أن تمنحك القدرة على ابتكار شيء لم يبتكره غيرك أبدا من قبل. وهي تحفزك للقيام بالأمور بكيفية جديدة وخلاقة. إنجازات الشخص الذي يمتلك روح المبادرة قد تكون رائعة ومدهشة كالشهاب الثاقب. وإذ يبتكر – حسبما يبدو – شيئاً من لا شيء، فإنه يبرهن على أن ما يبدو غير مستطاع هو بالفعل ممكن باستخدام الإنسان لقوة الروح الأعظم الخلاقة. روح المبادرة والابتكار تمكـّنك من الوقوف على قدميك، حرا ً مستقلا ً، وهي إحدى ميزات النجاح.

تنبيه أفكار النجاح

افرض أنك فشلت حتى الآن، فمن الحماقة أن توقف الكفاح معتبراً الفشل قضاءً وقدرا.

من الأفضل أن يموت المرء مكافحا ً من أن يوقف بذل المجهود ما دام بإمكانه إنجاز المزيد، لأن جهوده ستستمر في حياة جديدة حتى عند موافاة الأجل.

النجاح والفشل هما النتيجة العادلة لما فعلته في الماضي، إضافة إلى ما تفعله الآن. لذلك يجب أن تنبـّه أفكار النجاح من تجسدات ماضية وأن تشحنها بالنشاط والحيوية كي تتمكن من السيطرة على أفكار الفشل في الحياة الحاضرة.

المصاعب والمتاعب التي واجهها الشخص الناجح قد تكون أكثر وأكبر من تلك التي واجهها الشخص الفاشل. لكن الأول درّب نفسه على رفض أفكار الفشل جملة وتفصيلا طوال الوقت.

يجب أن تحوّل ذهنك من الإحباط والقنوط إلى الفوز والانتصار .. من الهم إلى الهدوء .. من الحيرة الفكرية والقلق

النفسي إلى التركيز العقلي.. من التشويش والاضطراب إلى السلام.. ومن السلام إلى الغبطة الروحية المقدسة. عندما تمتلك هذه المعرفة الذاتية تكون غاية حياتك قد تكللت بالنجاح وتحققت تحقيقاً مجيدا بعونه تعالى.

قوة الفكر

إنك تبرهن عن النجاح أو الفشل طبقاً لنوعية وطريقة تفكيرك الاعتيادي.

أيهما أقوى في حياتك: أفكار النجاح أم أفكار الفشل؟

إن كان تفكيرك سلبياً في معظم الأوقات فلن يكفي التفكير الإيجابي بين الحين والآخر لاجتذاب النجاح. ولكن إن فكرت باستقامة فستعثر على ضالتك وستبلغ غايتك، حتى ولو شعرت أنك محاط بظلمة كثيفة.

أنت الوحيد المسؤول عن نفسك. ما من شخص آخر سيعطي جواباً أو يدفع حساباً نيابة عنك في اليوم الأخير. إنَ عملك في العالم حيث وضعتك كرماك (نتائج أعمالك السابقة) يمكن أن يقوم به شخص واحد هو أنت. وعملك يعتبر ناجحاً فقط عندما يخدم بصورة ما أخاك الإنسان.

لا تستذكر أية مشكلة أو تداوم التفكير فيها. دع المسائل تهجع بين فترة وأخرى وقد تحل ذاتها بذاتها. ولكن عليك ألا ترقد طويلا بحيث تفقد القدرة على التمييز. استعمل بدلا من ذلك فترات الاستراحة هذه للتعمق في التأمل والوصول إلى آفاق هادئة في أعماق نفسك. عندما تتناغم مع نفسك ستتمكن من التفكير بصفاء في كل ما تفعله. حتى وإن تشتتت أفكارك ستتمكن من استجماعها وتصويبها من جديد. والقدرة على التناغم المبارك يمكن اكتسابها بالجهد والممارسة.

الأم بالنسبة للمعلم برمهنسا

محاضرة ألقاها في عيد الأم

لنحمل هذا اليوم فكرة طيبة لكل الأمهات الطيبات اللائي غذين أطفالهن بالعطف والحنان.

لم تُمنح محبة الأم لنا كي تفسدنا بالتساهل والتغاضي، بل لتلهم قلوبنا الرقة علنا نرقق قلوب الآخرين باللطف ونحرر النفوس المتعبة من هموم العالم وقيوده. فالغارقون في المآسي

والأحزان، الذين يعانون من مصائب ومصاعب جمة هم بحاجة لفهمنا الرقيق وتعاطفنا الودي.

لقد حصلت على إشراقتي الروحية من خلال محبتي العظمى لوالدتي؛ فمحبتي الصادقة لأمي كانت السبب الأول في حبي المتعاظم لله، إذ حفزني ذلك الحب للبحث عن مصدره النقي، فوجدته في الله ينبوع كل خير وفضيلة.

الأم أكثر رقة وتسامحاً من الأب. والأم هي المثال النقي لحب الله غير المقيد. لقد خلق الله الأمهات ليعرب لنا عن محبته لنا بسببٍ أو بدون سبب.

إنني أعتبر المرأة مظهراً بشرياً للأمومة الكونية، وما يثير إعجابي في المرأة هو حبها الأمومي الصادق. الذين يبصرون في المرأة جمالاً روحياً ومعنىً سامياً تتيقظ بهم أحاسيس نبيلة وتنفتح أمامهم فضاءات إلهامية رحبة. فالحب الكوني يتسرب إلى قلب من ينظر إلى المرأة نظرة تقدير واحترام ويعاملها بمودة وإكرام.

لو لم يغرس الله محبته في قلوب الأمهات لما استطعن محبة أطفالهن، ومع ذلك فالفضل يعود أيضاً إلى الوسيلة التي من خلالها ينساب ذلك الحب. كل العظماء اختصوا أمهاتهم بمحبة عظيمة.

البيت يمتلئ نوراً وبهجة وبركة لوجود الأم فيه. فلنحتفظ بشعلة محبة الأم متقدة في قلوبنا على الدوام.

وتحية إلى كل الأمهات الفاضلات في العالم
وإلى كل من يعاملهن معاملة نبيلة
إكراماً لهن وعرفاناً بفضلهن.
همس الأعماق

المعلم برمهنسا يوغانندا

الترجمة: محمود مسعود

لقد طال مكوثي في سرير الماضي والحاضر والمستقبل لخليقتك يارب، وشعرتُ – أنا طفل الخلود – بالقلق والاضطراب. جاهدت المرة تلو الأخرى لكن دون جدوى، غير أنني أفلحت أخيرا بقفزة من السرير المحاط بحواجز من النسبية الخادعة،

فأخذتني بين يديك وهدهدت لي على أنغام السلام الأبدي. أنا طفل الأبدية – أبديتك، أسند رأسي على صدر وجودك الكلي.

لا تقلق يا بني

في لحظة صعبة سمعت صوتك يقول: "إن شمس حمايتي تشع بنفس المقدار على أسطع ساعاتك وأكثرها قتامة.

لا تقلق يا بني، بل آمن وابتسم! فالحزن هو تجنٍ على طبيعة الروح المغبوطة. دع نوري الشافي يظهر من خلال ابتساماتك الشفافة. بكونك سعيداً يا بني تفرحني وترضيني.

أمرح معك

في حيوات تفوق الحصر لعبت معك ونشدت ألحانا لا تعد ولا تحصى. لا زلت أذكر عناقك الحار لي كلما عدت إلى البيت – إليك – بعد قرون عديدة من الغياب، تلفـّني رعشة الفراق. وها أنا من جديد، وفي حاضرك الأبدي ألعب وأمرح معك، وأشدو لك ألحان حبي الخالد.

ليس ضد إرادتي يا موت

لن يتم سحبي من الأرض بقوة وضد إرادتي كالطفل الهارب من البيت الذي يسحبه أهله من بين أترابه. إنني أحب الله وهو يحبني؛ وعندما أرتحل الرحيل الأخير أكون قد أكملت هذا الدور على مسرحية الزمن – هذا الفصل الذي أرادني الله أن ألعبه تكملةً لمسرحيته الكونية. وفي تمثيل دوري في دراما الحياة، سأبسم وأبكي: سعيداً لتحقيق الأماني وملتاعاً لتحطيم الآمال. ولكن لدى إنهاء دوري، مهما كان شاقا ومرهقاً، سأغادر المسرح الأرضي بقلب باسم. سأهجع لفترة ما في حضن الأم الكونية متنعّماً بغبطتها، ثم أعود ثانية إلى الأرض غير منجذب برغبات قديمة مغروسة دون مبالاة في حديقة الخداع، بل تلبية لطلبها الرقيق اللطيف.

لوتس المحبة

إن نحلة عقلي منهمكة في لوتس قلبك المحب يا رب الذي منه أرتشف رحيق حبك الرقيق، ونحلتي الروحية هذه لا تمتص سوى الزهور التي يتضوع منها عبيرك الشذي. لقد حرمت نفسي من شهد المتع الحسية وطرت بعيدا فوق بساتين الخيال العقيم حتى عثرت أخيرا على لوتس أنوارك القدسية. لقد كنت نحلتك الهائمة في حقول التجسدات، تجذبني روائح الزهور لتجارب لا حصر لها. أما الآن فقد أوقفت التجوال، لأن أريجك المبارك قد روّى عطش نفسي وشفى غليل تحرّقي لأي عطر وطيب.

غابة الخداع تشتعل

لقد شعرتُ بالوحشة والاكتئاب في غابة الوهم والخداع، فأشعلتُ حزماً من حطب التهذيب الذاتي، ولكن النار احترقتْ ببطء ودون لهيب. وابتهلت من أعماق قلبي فأتيتَ إليّ يا رب وألهبت بعض مكامن ضعفي فانتشرت النيران بسرعة في هشيم وأحراش الأخطاء. ثم امتدت إلى عليق الرغبات الشائكة وطالت أشجار الزهو والصلف المتطاولة. لقد التهمت ألسنة نيران نورك أدغال جهلي الواسعة وأحالتها إلى رماد. أشكرك أيها الحارق الربّاني! ويا ليت عبادك يتوجّهون إليك بالنداء والدعاء من أجل العون الفوري والشفاء العاجل.

أغنيتك الأصيلة

لكي أستمع إليك أيها الملاك الحارس فقد ناغمت مذياع بصيرتي بلمسات المحبة الناعمة. غالباً ما أصغيت في التأمل إلى أعذب ألحان قديسيك القريبين منك: لسيمفونيات روحية رائعة ولمقطوعات من إبداعات قلبي، ولشدو رخيم من حنيني القديم لك. بصبر وأناة ضبطتُ مؤشر أحاسيسي العميقة، وعندما أثقل النعاس جفوني وكدت أن أستسلم للكرى تدفقتْ من خلالي أغنيتك الأصيلة. والآن فإني أبث أصداء منتشية من أنغام فرحك وأضم صوتي إلى جوقة متعبديك فتزداد الترانيم زخما ويتعاظم الشوق والحنين.

سأعوم في بحر النفوس

بتوحدي معك أيها الروح الكلي، سأصبح خفقة الحياة الكونية. سأعوم في بحر النفوس. سأتراقص على أمواج مشاعر البشر المقدسة وأرشّ الجميع بالفرح المبارك. من هملايا الجنة سأطـْلق سيلا عالميا من الطموحات السامية. سأكون كل العبرات المذروفة تعاطفاً مع الآخرين. سأكون حاضراً في صمت القديسين الذهبي والآمال المتفتحة للعقول الوردية. أيا محقق الأماني الأمين!

عندما تمازج شرارتي الخالدة نورَك اللانهائي سأومض في كل العيون.

والسلام عليكم

همسات وقبسات جديدة

في أيام صيف الحياة
أستجمعُ الرحيق الوجداني
من زهور المزايا العذبة
النابتة في بساتين النفوس الطيبة
واختزن في قلبي العصارة المستقطرة
من رياحين التسامح الباسقة
وبراعم التواضع ذات الشذى الناعم
والنوارات النادرة للأفكار اللوتسية الغضة.
وعندما تنهمر حولي ثلوج تجارب الشتاء الباردة
والفراق الأرضي الأليم
ألتمس الدفء والسلوى
في الرحيق المختزن في خلية قلبي.
في تلك الخلية المباركة بحضورك
غالبا ما أجد النحلة الإلهية
ترتشف حلاوة أشواقي المعتـّقة
فأشعر بالطمأنينة والبهجة والعزاء.
سأكون شلالات الغبطة
مدوّيا فرحي في تدفـّق متواصل
حيث يجرف السيل الجبار

القرومَ الثقيلة لأحزان الآخرين وهمومهم.
سأندفع بسرعة خيالية
فوق مساحات لا نهاية لها
من النفوس المتألمة
كي أبدد مخاوفها
وأقضي على متاعبها.
سأكون وميض البرق الخاطف
في الليل الداجي
كي أظهر على نحو رائع
جمالك المحتجب منذ القدم
خلف ظلمة العيون غير المبصرة.
سأكون أشعة القمر البهيجة
مقصياً السوداوية عن وجه الأرض.
سأكون إشعاعات النور
المبددة للظلمة المتوارية
في زوايا الأفكار البشرية.
وبنعمتك يا رب
سيلاشي سطوعُ الحكمة المباغت
الأخطاءَ المكدّسة عبر الدهور والأحقاب.
الرضاء الذي يولده الحب في النفس لا يكمن في الشعور ذاته
بل في الفرح الذي يجلبه ذلك الشعور.
لأن الحب يمنح الفرح.
إننا نحب الحب لأنه يمنحنا سعادة فائقة.
والحب ليس الغاية، بل الغبطة هي الغاية
والله هو الغبطة الدائمة والمتجددة أبداً.
وكذلك طبيعة النفس، لهذا أنشد العارفون
الذين اختبروا هذه الحقيقة وتذوقوا ذلك الفرح الروحي:
"من الفرح أتينا، وفي الفرح نحيا ويعوم كياننا
وإلى الفرح الكوني سنعود لنذوب في تلك الغبطة يوماً ما."
إن كل الأحاسيس السامية مثل الحب والمواساة
والشجاعة والتضحية والتواضع لا معنى لها لولا الفرح

فالفرح يعني الإنتشاء، وهو مظهر من مظاهر الغبطة الفائقة
أو الرضاء الأعظم.
{وَلَسَوْفَ يُعْطِيكَ رَبُّكَ فَتَرْضَى} {إفرحوا وتهللوا}
ومع أن الفرح قد يتولد نتيجة لبعض الظروف الخارجية
لكنه في جوهره النقي غير مقيد بشروط
إذ غالباً ما يظهر دون ظروف مادية.
أحياناً قد تستيقظ في الصباح
وتحس كأنك تكاد تطير من شدة الفرح
وعندما تجلس في سكينة التأمل ينبض الفرح في كيانك
دون أن يوقظه أي منبه خارجي.
إنه فرح الروح الذي لا نظير له.
أما عندما يقترن الفرح بظروف معينه
فهو لا يتولد من تلك الظروف نفسها
بل أن تلك الظروف عملت كوسيلة للإحساس بالفرح
الكامن أصلاً في النفس، فاحتفرت كالمعول في تربة النفس
وأطلقت فوارة فرح من خزان الغبطة المخبوء في داخل الإنسان.
ولذلك، في التجربة البشرية عادة ما تمس الحاجة
إلى بعض الأحداث لاستخراج ذلك الفرح المتواري في الأعماق.
والحب أيضاً من طبيعة الروح لكنه تابع للفرح
إذ لا وجود للحب دون الفرح.
هل يمكن التفكير بحب دون فرح؟ بالتأكيد لا.
عندما نتحدث عن التألم الذي يولده الحب غير المتبادل
فإننا نتحدث عن حنين لم يتحقق
أما التجربة الفعلية للحب فيصاحبها الفرح دائماً وأبداً.
نحلة عقلي تطير
إلى روضة قلبي المنعزلة
المهفهفة بنسيم محبتي
والمزدانة بلآلئ ندى عذوبتك.

لقد استنبتُّ لك زنابقَ رائعة
من التمييز الروحي
ونرجساً أصفر
لاستيعاب دموع توبتي
وبنفسجات رقيقة حالمة بالتواضع
وأقاخيَ واسعة لمدركات الروح.
لك تقدّم أشجار أفكاري
فواكه شهية من الابتهالات العاطرة
بأكفٍ متواضعة من الغصون الغضة الندية.
وفي حديقة قلبي
تحوم نحلة أفكاري
منتشية وسط تقدمات الرحيق النقي لك.
لقد نسي العالم بأسره المعنى الحقيقي لكلمة "الحب".

وقد أسيء استخدام الحب ومُزق قلبه من قبل كثيرين من البشر بحيث لم يعد يعرف معنى الحب سوى حفنة قليلة من الناس.

وكما أن الزيت موجود في كل جزء من حبة الزيتون هكذا يتخلل الحب كل ركن من الخليقة. لكن من الصعب جداً تعريف الحب لنفس السبب الذي لا يمكن للكلمات أن تصف طعم البرتقالة إذ ينبغي تذوق الفاكهة لمعرفة نكهتها. وهذا ينطبق أيضاً على الحب.

كلكم تذوقتم الحب بصورة ما في قلوبكم ولذلك لديكم فكرة عن طبيعته. لكن الناس ككل لا يعرفون كيفية تنمية الحب وتنقيته وتوسيع نطاقه ليلامس الحب الإلهي.

هناك شرارة من الحب الإلهي موجودة في معظم القلوب في بداية الحياة لكنها عادة ما تـُفقد لأن الإنسان لا يعرف كيف ينميها.

معظم الناس يعتقدون أنه لا ضرورة لتحليل طبيعة الحب. فهم يعرفون الحب كشعور يحسّون به نحو أقربائهم وأصدقائهم ونحو آخرين ينجذبون إليهم بقوة. لكن الحب أكثر من ذلك بكثير.

الطريقة الوحيدة التي يمكنني أن أصف بها الحب الحقيقي هي بوصف تأثيره. فلو أن الإنسان تمكن من الشعور ولو بذرّة من الحب الإلهي

لغمره فيض عارم من الغبطة يفوق قدرته على احتوائه.

يجب أن نكون أقوياء في عمل الخير وأن نحاول مساعدة الآخرين. الشخص الذي لا يهتم سوى بنفسه وبأسرته فقط لن يعثر على قدر كبير من السعادة وإن لم يفكر بشخص آخر قد يكون متألماً فإنه يحرم نفسه من الفرح الذي يتولد في النفس حراء مد يد العون للمحتاجين ونتيجة لذلك سيبقى وعاء سعادته صغيراً ومحتواه منقوصاً.

المال بالنسبة لي يعني شيئاً واحداً: كي أستخدمه في عمل الخير ومساعدة الغير.

المخلصون الصادقون والراغبون في مصادقتك إكراماً لك وليس لأي غاية أخرى هم قلائل في هذا العالم.

هؤلاء المخلصون هم بهجة الدنيا والصداقة الحقة هي أعظم من أي ثروة في هذا العالم.

المخلص في تعامله مع الناس سيعثر على الله. ومن يمتلك المحبة في قلبه سيعرف الآخرين حق المعرفة تماماً كما لو كان ينظر من خلال زجاجة صافية فيرى ما بداخلها. ومعرفة الآخرين على هذا النحو تتأتى من محبة الله ومحبة الآخرين بتلك المحبة.

ملايين من الراغبين لا يتخطون مشاهد واختبارات العقل الباطن الذي يظهر عجائبه أثناء النوم. ولكن في الحالة السامية تستطيع أن تبصر أو تعرف ما تريده ليس بالخيال بل بالواقع.

باستطاعتي أن أجلس على هذا الكرسي وأحوّل عقلي إلى أي مكان وأرى بالضبط ما يحدث في ذلك المكان.

أحياناً يحيا المريدون في الوعي الباطن وأحياناً يرتفعون إلى الوعي السامي. وهناك حفنة قليلة من المريدين ممن باستطاعتهم تخطي الوعي السامي وبلوغ الوعي الكوني: فضاء الروح الإلهي الذي لا منشأ له ولا علة.

في حالة الوعي الروحي النقي لا حاجة للمريد أن يتخيّل الأشياء مسبقاً كيما يختبرها. فعندما يتوحد بالوعي الكوني يتمدد وعيه ويمتزج في كل ذرة من ذرات الوجود ويصبح على دراية

واعية بكل الكون والكائنات. ذلك الإختبار هو امتدادٌ للوعي لا انتهاء له.

من يختبر ذلك الوعي يحس أنه موجود في ألياف الأعشاب وعلى قمم الجبال، كما يشعر بكل خلية من خلايا جسمه وكل ذرة من ذرات الفضاء.

{أتحسب انكَ جرمٌ صغيرٌ .. وفيكَ انطوى العالم الأكبر؟!}

لكن الوعي الكوني هو ما وراء ذلك أيضاً. فعندما يستطيع المريد الإحساس بوجوده في كل الوجود.. يتذوق الغبطة اللامتناهية والحب الإلهي الأعظم.

{وَبِحُبِّكَ اشْتَغَلتْ حَواسِي مِثْلَمَا ... بِجَمالِكَ امْتلأَتْ جَمِيعُ جِهَاتي}

ويتوحد مع الوعي الإلهي الكلي الحضور.

{فاستبشر اللهَ خيراً وارجُ حظوتهُ .. لا تيأسنَ من بلوغكَ الهدفا!}

لا يستطيع الإنسان أن يكون مع الله لمجرد التفكير بأنه حاصل على الإستنارة الروحية.

فتقويم الذات وتحسين الأخلاق هما مطلبان أساسيان لبلوغ الحالات العليا.

هناك بون شاسع بين معرفة الله الممكنة ومعرفة الله الفعلية. ليس بالإمكان التعرف عليه سبحانه إلا بالتواضع والحكمة والإخلاص والأخلاق الفاضلة والشوق الوجداني.

المتواضع هو الذي يتعرف على الله ويعترف به الله.

الذين يتعمقون في ارتياد الوعي الكوني ينمّون – تلقائياً – قدرات روحية فائقة وسيطرة على القوى الطبيعية. لكن ما من إنسان حاصل على وعي الله الحقيقي يستخدم قواه للتفاخر والمباهاة، دون حكمة أو تعقل.

الحكماء يدركون أن الله هو العامل الأوحد في الوجود وبتواضع يعيدون إليه المواهب الخارقة التي امتن عليهم بها.

أليس كل ما في الوجود معجزة؟ والإنسان لمجرد وجوده أليس هو الآخر معجزة؟

فإن كان بنو البشر غير قانعين بكل العجائب التي خلقها الله فلماذا على القديسين القيام بمزيد من المعجزات؟

أولياء الله الصالحون لا يقومون بأي شيء ما لم يطلب الله منهم عمل ذلك ولأسباب غامضة وعويصة الفهم أحيانا.

سأوضّح بالمثال كيف يختلف الوعي السامي عن الوعي الباطن.

الوعي السامي هو تلك الحالة التي تستطع بها – أثناء اليقظة والنوم وبكامل وعيك – استحداث أي إحساس في الجسد بالإرادة وبدون أي منبّه خارجي.

في عالم الخيال اللاشعوري (في دنيا الأحلام) تستطيع أن تشرب كوباً من الحليب الساخن

لكن هذا الإختبار يَفرض نفسه عليك فرضاً. أما في الوعي السامي فتستطيع أن تختبر نفس الشيء أو أي شيء آخر بوعي إرادي أو بإرادة واعية.

الطريق قد يبدو طويلاً إنما رحلة الألف ميل تبدأ بخطوة واحدة. وما دام الإنسان متفائلا فلا يمكن لأي عائق أن يحول دون تحقيق الغاية المرجوة.

ما زلت أذكر الحيوات الماضية
التي بها بحثتُ عنك.
وأذكر الليالي العديدة
المزدانة بوميض النجوم
وإطلالات الفجر
ذات البراءة الندية
وساعات الشفق المتناغمة
مع إيقاع أجراس القطيع
والأعوام الكثيرة المرصّعة
بزهور ونوّارات الربيع
ونسائم الصيف
وغلالات المطر الشفافة
وعناقيد الجليد الماسية
في فصل الشتاء.
آه، كم من مرة انتظرت قدومك
بقلب يرقص فرحاً
ونفس تكاد تطير شوقاً إليك!

إننا نستمتع كل ليلة أثناء النوم الهادئ الهانئ بتذوق السلام والفرح.

فعندما نغط في سبات عميق يجعلنا الله نحيا في الوعي السامي الساكن، الذي به ننسى كل مخاوف وهموم هذا الوجود.

في التأمل يمكننا أن نختبر تلك الحالة النفسية المباركة حتى في ساعات اليقظة، وأن نتذوق سلاماً من مستويات أخرى.

عندما يحل الفرح المقدس يصبح تنفسي هادئاً وأرتفع بالروح فأشعر بغبطة ألف نوم مرة واحدة، ومع ذلك لا أفقد شعوري العادي. هذه التجربة الكونية هي من نصيب المتعمقين في بلوغ الحالة السامية للوعي.

عندما يمتلئ كيان المرء بنشوة الله العارمة يصبح الجسد ساكناً بالمرة ويتوقف النفـَس عن الإنسياب، وتصبح الأفكار هادئة، بل وتتلاشى تدريجيا ويحس المتأمِل بحقيقة روحه وبقربه من الخالق فينهل من النعيم الإلهي ويتذوق نشوة الفرح الذي تعجز عن تقديمها ألف جرعة خمر.

الشخص العادي يشعر بالنعاس عند الخط الفاصل بين اليقظة والنوم، فيحس ببعض السعادة، لكنه يفقد ذلك الإحساس بسرعة ويغط في نوم عميق. النوم ليس فقداناً كلياً للوعي لأنك عند اليقظة تعرف ما إذا كان نومك مريحاً أم لا.

هناك حالات متعددة للنوم.. بعضها خفيف وبعضها عميق. لكن الاختبارات الروحية التي تحصل للإنسان مع الله بحالة واعية هي أكثر انتشاءً وانتعاشاً من أعظم غبطة نوم أو كـَرى (الوسن أو النعاس الذي يسبق الإغفاءة)

(وإنْ لم تكن عندي كسمعي وناظري
فلا نظرتْ عيني ولا سمعتْ أذني
فإنكَ أحلى في جفوني من الكرىَ
وأعذبَ طعماً في فؤادي من الأمنِ)

وما وراء غوامض النوم ومجاهله تكمن هذه المباهج المقدسة.

لا يمكننا إرضاء الجميع لأن ذلك أمر مستحيل. إنني أحاول أن لا أزعج أحداً. أعمل ما بوسعي

وهذا كل ما أستطيع أن أفعله.

يجب أن ننشد رضاء الله أولا. غايتي الوحيدة هي مرضاة الله. أستعملُ يديَّ لأبتهل بخشوع أمامه وقدميَّ لأبحث عنه في كل مكان وعقلي لأفكر به وأتأمل روائعه.

يجب أن يحتل الله المقام الأول في قلوبنا حتى نتمكن من الإحساس به سلاماً ومحبة وفهماً ولطفاً وتعاطفاً وحكمة.

هذا لا سواه ما أتيت لأشهد به وأتحدث عنه. إضافة إلى التأمل ينبغي الإحتفاظ بالصحبة الطيبة.

يجب أن لا نركض وراء الناس بل وراء الله.

إن كنتتم تجدون فائدة من هذه الأفكار فاعتبروها بركة من الله لأن الفضل كل الفضل يعود إليه،

تحدثوا عنها للآخرين لعلهم يجدون فيها ما تجدونه. يجب أن لا ننسى تقديم المساعدة لمحتاجيها كل يوم على قدر طاقتنا. ما دام في جيبي مال لا أكف عن العطاء لأن بنكي الذي لا ينفد ولا ينضب معينه هو الله.

ويجب أن نعرف الله مثلما عرفه العظماء. ذلك مستطاع عن طريق التأمل والمجهود الشخصي.

ذات مرة كنت أتمشى خارج الصومعة مفكراً بمعلمي العظيم سري يوكتسوار الذي كان قد فارق الحياة قبل ذلك ببضع سنين.

شعرت بشوق غامر له وحزنت لأنه لم يكن معي ليستمتع بجمال الصومعة وجوّها، وفجأة تراءى لي من السماء وقال:

"أتظن أنك الوحيد المستمتع بهذا المكان الجميل؟ فأنا أيضاً أستمتع به مثلك!"

يجب أن يجتهد المريد الراغب للتوحد مع الله عن طريق الممارسة اليومية للتأمل ومحبته

ومحبة الجميع بتلك المحبة.

تلك هي الطريقة الوحيدة لتلافي الحروب. التعاون الروحي مطلوب إذ بدون الروحانية الحقة لا توجد سعادة فردية أو عالمية. التناغم المقدس هو الحل الوحيد لكل المشكلات الجسدية والمالية والزوجية والخلقية والروحية.

السعادة تأتي من الإحساس بقرب الله. لقد سجن الإنسان نفسه خلف قضبان الجهل وآن له أن يتحرر من هذا السجن

المهين. يجب أن يبقى الفكر دائم التوجّه إلى الله مهما كانت الظروف

وعندها ستشعر بسلام وفرح عظيمين.

إن الذين يتشوقون لله ويكرّسون كيانهم له ويشجعون وينوّرون بعضهم بعضا ويلهجون بذكر الله دوماً هم السعداء في هذه الدنيا وهم الفائزون بنعيم الآخرة.

كل ما في الوجود هو اهتزاز موجيّ موجّهٌ بعقل الله. وذلك الإهتزاز الموهوب بالذكاء هو الروح القدس أو الروح الأمين الذي يمكن التواصل معه عن طريق الدعاء والتأمل.

في سكون روحك وفي خميلة تركيزك العقلي لا نهاية لحكاية الغرام مع المطلق اللانهائي.

لكن من الصعب الحصول على الله إن سعينا وراء المال أولاً.

يجب أن نجعل الله جزءاً لا يتجزأ من حياتنا وعندها سنحصل على كل ما نحتاجه في هذه الحياة.

من يجعل لله مكاناً دائماً في قلبه يجعل الله نصيبه وافراً من خيرات الأرض والسماء ويفتح أمامه آفاقاً واسعة تسطع فيها شموس الحكمة فتنير دروبه وتبدد الظلام من حوله.

الله هو المحب الأبدي ولا سعادة للإنسان إلا عندما يحب الله كمحبته – على الأقل - لأعز الناس لديه لأنه لولا الله لما عرفنا ماهية الحب ولا تذوقنا طعمه.

يجب أن نتعلم استخدام الإرادة وتركيز العقل من أجل البحث عن الله بمجامع الفؤاد.

أفعال الإنسان تفرضها رغباته وتلك العادات تضطره دوماً لفعل ما لا يريد أن يفعله.

حقاً إن الإنسان عدو نفسه ولا يعرف ذلك. هو لا يعرف كيف يجلس بهدوء ولا يخصص وقتاً لله ومع ذلك يريد أن يحصل على السعادة ويضمن وصوله إلى الجنة دون إبطاء!

لا يمكن الحصول على الإختبار المقدس من خلال قراءة الكتب فقط أو الإصغاء للمواعظ

أو القيام بالأعمال الخيرية وحسب. هذه كلها نافعة ولا شك لكنها غير كافية. التواصل مع الله يلزمه تركيز دقيق وتأمل عميق.

الحياة حلم كبير

تصوروا! بعد عشرات السنين من الآن سيصبح وجودنا هذا حلماً، وكل ما نفعله الآن سيصبح جزءاً من ذلك الحلم.

وحتى عظماء الإنسانية أصبحوا خيالاً في وعي البشرية. لكن أولئك العظماء نالوا الأرب لأنهم بلغوا الغاية القصوى وما زالوا أحياء بالروح وهم على دراية حية وواعية بكل ما يحدث لأنهم متوحدون في الوعي الإلهي.

وكل من يحاول التناغم معهم من خلال أفكارهم وتعاليمهم سيحس حتماً بحضورهم ويستجلب بركاتهم وسيعلم في قرارة نفسه أنه على تواصل فعلي معهم.

الحياة حلم كبير. ومع ذلك فعندما ينظر الإنسان إلى جسمه يجده نابضاً بالحياة فتتولد لديه قناعة تامة بحقيقة هذا الحلم. يظن أنه ينبغي له الحصول على هذا الشيء أو ذاك حتى يصبح سعيدا.

لكن مهما تحققت رغباته لن يعثر على السعادة من خلالها. كلما زادت مكتسبات المرء زادت رغبته في الحصول على المزيد. يجب غربلة المشتهيات وتبسيط الحياة إن أراد الإنسان أن يحيا براحة وطمأنينة ورضاء باطني.

تقول الأسفار المقدسة أن الذي تنساب رغباته دوماً نحو الداخل (باتجاه روحه) هو إنسان على درجة عالية من الرضاء النفسي. وهو في ذلك يشبه البحر الذي لا يتغير ولا ينقص، بل يبقى زاخراً بالمياه التي تنساب إليه دون انقطاع. أما الذي يُحدث ثقوباً من الرغبات في صهريج سلامه ويسمح للمياه الحيوية بالتسرب والهدر لا يعرف شيئاً عن السلام الروحي والسعادة الباطنية.

إننا بحاجة إلى التوجيه من العارفين بالله الذين لهم القدرة على التواصل معه والإحساس الواعي بحضوره.

لقد طلب منا الأنبياء كي نطلب الله في السكينة الباطنية..

في خلوات النفس حيث الروح الأمين والفرح الروحي الفائق.
المستنيرون يؤيدون أيضاً هذه الأفكار
ويؤكدون على أهمية التأمل العميق
لإدراك الذات العليّة في أعماق النفس.
لا أريد أن يظن الناس أن بمقدورهم بلوغ المعرفة بمجرد الإصغاء إلى الآخرين أو مطالعة الكتب. بل يجب أن يطبّقوا ما يقرؤونه ويسمعونه.
الذهاب إلى أماكن العبادة أفضل من الإنهماك في الثرثرة العقيمة.
لكن حتى في أماكن العبادة يجب أن يلامس الإنسان حضور الله ويشعر به في قلبه.
النوبات العاطفية والتحليلات العقلانية لا يمكن أن تمنحنا المعرفة الإلهية التي تحن نفوسنا لاكتسابها.
عندما نسلم أنفسنا لله ونودّع الرغبات الأنانية.. وعندما نتيقن بأن الله معنا على الدوام..
يسكن أرواحنا ويلهمنا الأفكار والمشاعر الطيبة النبيلة سنمتلك السعادة والحرية وسنعاين شروق شمس الحكمة في أفق الروح.
الفأر الذي أصبح نمراً
كما رواها الحكيم برمهنسا يوغانندا
في سالف الأزمان، ووسط إحدى الغابات كانت توجد صومعة يسكنها قديس عارف بالله. هذا الرجل المبارك كان يمتلك حكمة كبيرة وقوى خارقة، ولم يعش أحد بالقرب منه سوى فأر أليف صغير.
العديد من التلاميذ وغيرهم ممن كانوا يرغبون بمشاهدة القديس تجرؤوا على زيارته بالرغم من وجود النمور الكاسرة وغيرها من الوحوش المفترسة محبة في زيارته. وكانوا يأخذون معهم زهوراً وفواكهَ تقدمة له. وكل من زار القديس كان يتعجب من تلك الإلفة القائمة بينه وبين الفأر، وكانوا يلقون ببعض الفتات لفأر القديس الأليف.

ذات يوم وبينما كان جمعٌ من التلاميذ في زيارة للمعلم في خلوته المنعزلة، إذ بقط يطارد الفأر الذي أتى صارخاً إلى أقدام الحكيم طلباً للحماية. في تلك اللحظة، وأمام أعين التلاميذ المنذهلين، قام القديس بتحويل الفأر المذعور إلى قط كبير شرس! وبقدرة قادر صار هذا الفأر يتبختر ويصول ويجول بلا خوف أو وجل في صحبة القطط دون أن يلحقوا به أذى. وكان سعيداً للغاية لهذا التحول الجديد ولم يعكر صفوه أو يكدر عيشته سوى تهامس التلاميذ عندما كانوا يتغامزون ويشيرون إليه على أنه هِرٌ من أصل فئران.

بعد ذلك بفترة ذهب نفس التلاميذ لزيارة معلمهم ثانية وإذا بقطيع من الذئاب يطارد الهر- الفأر الذي راح يموء بأعلى صوته ملتمساً الحماية عند قدميّ القديس الذي قال له: فلتتحول إلى ذئب. وعلى الفور أبصر التلاميذ المندهشون الفأر- الهر وقد تحول إلى ذئب أمام أعينهم. كما دُهش الذئاب أيضا لهذا الانقلاب الفوري في شكل طريدتهم، فخاب أملهم ورجعوا جائعين. أخيراً صار الفأر – الذئب يسرح ويمرح مع الذئاب الأخرى ويأكل معهم ويحتقر الحيوانات الأصغر منه.

وفي مناسبة أخرى كان نفس التلاميذ الذين رأوا بأعينهم المعجزتين السابقتين يدرسون مع معلمهم. وفي منتصف الدرس اعتراهم الفزع لرؤية أحد نمور البنغال الضخمة مطارداً الذئب- الفأر الذي كان منطلقا كالعادة بأقصى سرعة إلى أقدام المعلم طلبا للحماية. فما كان من المعلم إلا أن استعمل من جديد قواه المعجزة فأوقف النمر مكانه، وخاطب ذئبه الأليف قائلا: "يا حضرة الفأر، من الحماقة أن أواصل حمايتي لك من أعدائك. ومن هذه اللحظة أريدك أن تصبح نمراً." وما أن هدأ روع التلاميذ حتى راحوا يضحكون ويقولون لبعضهم: "يا سبحان الله! انظروا إلى نمر القديس الشرس! فهو ليس سوى فأر حوله القديس إلى نمر!"

ومع مضي الوقت أدرك زائرو الصومعة أن النمر المخيف الذي كان يتولى حماية المكان لم يكن بالفعل سوى فأر صغير رقـّاه المعلم إلى فصيلة النمور. وكان التلاميذ المتقدمون

يطمئنون الوافدين الجدد للصومعة قائلين لهم: "لا تخشوا النمر فهو بالحقيقية ليس نمرا، بل فأر أعطاه المعلم صورة نمر."

هذا الفأر المتنمر تِعبَ أخيراً من تلك الإهانة العلنية وفكّـر بينه وبين نفسه: "آه، لو تمكنت من القضاء على القديس نفسه فسأتخلص عندئذٍ من سبب تعاستي."

وما أن خطرت تلك الفكرة في باله حتى وثب على الحكيم ناوياً قتله. لكن الحكيم كان له بالمرصاد إذ كان متتبعاً لمسار تفكيره وعالماً بنواياه، فعرف على الفور ما كان يرتسم في دماغ نِمرهِ العاق، فزعق به قائلا: "عُد كما كنت."

وهذا الذي حدث، إذ بمثل لمح البصر تحول ثانية النمر المغرور إلى فأر مذعور!

كل واحد يرغب في الحصول على أكثر مما لدى الشخص الآخر من مال. وعندما يحصل عليه يبقى غير قانع لأنه يكتشف أن شخصاً أخر أغنى منه.

الناس يعيشون في دوامة من الشقاء من صنع أيديهم وخلق مشتهياتهم.

يجب أن نرضى بما لدينا لأن الأشياء المادية لا تمنح السعادة بل كثيراً ما تضاعف هواجس الإنسان وتزيده قلقاً وتحسباً.

الطريق إلى الله هو أبسط وأسهل الطرق ومع ذلك فقلائل هم الذين يسيرون عليه بالرغم من الطقوس والشكليات الدينية العديدة.

من الأفضل أن نتوجه بقلوبنا إلى الله ونطلب منه ما هو أفضل لنا وأبقى.

في الحقيقة أن الله بانتظارنا لأنه يريد أن يبعدنا عن بؤر الشر ومطبّات الخطر. يريدنا معه في قلوبنا وأفكارنا لأن بضاعة الدنيا الرخيصة لا تشبع حنين الإنسان ولا تسد الفراغ الروحي الذي يحسه في أعماقه

إن الله يتحدث إلينا على الدوام ولكن قلائل هم الذين يسمعون صوته.

ذلك الصوت الهادئ غالباً ما يطغى عليه زعيق الأفكار الصاخبة والمشتهيات الصارخة.

لكن عندما تهدأ الأفكار وتهجع الرغبات نسمع صوت الله بكل جلاء بالرغم من كونه صامتاً خافتاً.

حقاً أن الله يفعل كل شيء لمساعدة الإنسان.. يفتح أمامه الأبواب ويضيء دروبه

ليتبين مواقع خطواته فلا يعثر ولا تزل قدمه ولكن أكثر الناس لا يدركون هذه الحقيقة.

العالم بجملته غارق في مغاصات التشويش والتخبط بفعل الرغبات الأنانية الجشعة التي تخلق الحروب. لا شيء آخر يخلق الحروب.

البَطل الأعظم في معركة الحياة هو الذي يقهر نفسه ويتغلب على أهوائه.

المال والشهرة والرغبات وكل ما يناقض هذا المبدأ هو ضار بسلامنا وسعادتنا.

لو أن الناس يتعلمون كيف يفكرون دائماً بقيم الحياة الحقيقية لوجدوا السعادة التي ينشدونها

لكنهم ينحرفون عن قصدهم وينجرفون مع تيار الرغبات الأرضية.

لقد وجدتُ أنه ما من إغراء يمكن أن يبعدني عن الدرب الذي اخترته والسبيل الذي انتهجته لنفسي.

أستطيع أن أسحر الألوف بالقوة التي وهبها الله لي لكن ذلك المسلك سيكون ضاراً بي.

وعلى أية حال لا أرغب في سحر الألوف واستلاب عقولهم.

أحب فقط أن أرى المريدين الصادقين الراسخين في الله.

محبو الله سيتذوقون هذه الأفكار والذين يستمر حماسهم سيشعرون ببركات الله

وحضوره من خلال هذه التعاليم.

مستحيل أن يستطيع الإنسان مخادعة الله لأنه موجود خلف أفكاره مباشرة ويعرف ما يدور في خلده وما يشتهيه.

ومتى زهد بالعالم ورغب في التناغم الروحي سيأتي الله إليه.

متى تأصلت تلك الرغبة في قلب الراغب يأتي الله إلى ذلك القلب ويملأه خيراً وبركة.

الأشياء المادية تمنح سلاماً مزيفاً ورضاء كاذباً ليس أكثر. الشيء الوحيد الذي يستحق أن يحيا الإنسان من أجله هو التوافق مع خالقه والحصول على رضاه.

ذلك التوافق يجب أن يكون عهداً أبدياً وميثاقاً لا يُنقض.

اجعلني يا رب شفـّافا بالنقاء علـّني أبرز نورك الشافي في داخلي.

هدّىء مرآة عقلي المهتزة بالقلق علـّـها تعكس وجهك اللامتناهي.

وافتح نوافذ الإيمان في روحي حتى أتنشق عبير سلامك.

لقد أدركتُ أن غاية الحياة الوحيدة هي معرفة الله.

هناك أناس قد لا يكونوا مقتنعين بأن معرفة الله هي غاية الحياة. ولكن ما من أحد ينكر أن هدف الحياة هو العثور على السعادة. وأقولها بكل ثقة ويقين أن الله هو منتهى السعادة.

هو النعيم العظيم.

هو الحب الكوني المطلق. هو الفرح الأبدي الذي لا يفارق نفوس المتناغمين معه. فلماذا إذاً لا نحاول الحصول على تلك السعادة الكلية؟

لا يستطيع شخص آخر أن يمنحها لنا. يجب أن ننميها ونغذيها في نفوسنا على الدوام.

العالم يحاول جاهداً وباستمرار منح الناس ملذاته، لكن مثل تلك المتع العابرة نهايتها الحسرة والمرارة والندامة. وحتى أوفر الناس حظا ممن يبدو حاصلاً على كل شيء قد لا يكون مع ذلك سعيداً ولن يرضى بالأرضيات طويلا لأنها لا تروي عطشه الحقيقي ولا تشبع جوعه الروحي.

كلما أكثرنا من التركيز على الأشياء الخارجية كلما قلـّت إمكانية إحساسنا بالمجد الباطني

الذي يمكننا اختباره بتذوق الغبطة الأبدية للروح الإلهي.

وكلما توجهنا إلى الداخل كلما قلـّت مصاعبنا الخارجية. إنها معادلة ثابتة لا تتغير لكن معظم الناس لا يدركون هذه الحقيقة بفعل تأثير الصحبة الدنيوية والمجتمع الذي يعيشون فيه والعادات غير السليمة.

المجتمع يُبقي الشخص غارقاً ومنهمكاً في أمور سطحية دون السماح له بالتفكير في حقائق أكثر عمقاً.

وحتى الأماكن الروحية يزورها البعض دون رغبة حقيقية في الإستفادة من جوها المبارك

فلا يستفيدون شيئاً يُذكر من تلك الزيارات.

من يرغب في معاينة الله يبصره في كل مكان. عادات الإنسان السلبية سالبة ناهبة

مفترسة ضارية تهدم وتتلف وتمحق وتبيد.

لقد آن الأوان كي يتعلم الإنسان كيف يكون سعيداً، قنوعاً بما لديه.

ويجب ألا يرغب في أي شيء أكثر مما يأتي إليه. الله كريم، يعرف ما يلزمنا ويزودنا به في حينه. هذا لا يعني أن نتوكل على الله دون بذل المجهود.. إطلاقاً. المقصود هو أن نقوم بدورنا خير قيام ونترك الباقي على الله الذي لن يحرمنا أبداً مما نحتاجه ونستحقه.

إن أفضل طريقة لأن نكون سعداء بغير انتهاء هي الشعور بالحضور الإلهي. رغبتنا السامية يجب أن تكون معرفة الله والتصميم في أن نكون معه.

يجب أن يكون لله المقام الأول والأرفع في أفكارنا وأحاسيسنا وأن نعتبره الركن الأقوى والأكثر رسوخاً في حياتنا.

إن الله برحمته المطلقة
يمنحنا فرحه وإلهامه..
ويمنحنا الحياة الحقيقية..
والحكمة الحقيقية..
والسعادة الحقيقية..
والفهم الحقيقي من خلال
كل اختبارات حياتنا المتنوعة.
لكن مجد الله لا يظهر
إلا في السكينة الروحية التي تحسها النفس
وفي محاولة الفكر الجادة للتناغم معه.
هناك نقف وجهاً لوجه مع الحقيقة.
في الخارج الأوهام قوية للغاية

وقلائل جداً هم الذين يستطيعون التخلص
ن تأثير البيئة الخارجية.
العالم يستمر بتعقيداته اللامتناهية
وتجاربه التي لا تعد ولا تحصى.
إن صوت الله يكمن خلف مظاهر الحياة
ينادينا دوماً ويتحدث إلينا
من خلال الزهور والكتب المقدسة
ومن ضمائرنا
ومن خلال كل الأشياء الجميلة
التي تجعل الحياة جديرة بالعيش.

عندليب السماء

أنا عندليبك الصاعد إلى سموات حضورك الكوني في بحث دائم عن قطرات غيث حقيقتك.

لقد ابتهلتُ لك بثقة عميقة كي ترسل من غيوم الصمت القاسية زخـّات رحمتك.

وإذ كنتُ في منتهى العطش فقد تلقفت بشوق كل نقطة مقدسة من إدراكي لك.

آه كم تحرّقتُ لأحس بحضورك في داخلي ومن حولي!

لم ينطفئ عطشي المزمن إلا عندما برّدتْ لمستك نفسي المضطرمة وكياني المتأجج حماساً وحنيناً. لقد انقضى موسم جفاف اليأس والقنوط وتلاشت يبوسة المنغصات لدى انهمار مطر سلامك.

والآن أحوم بهدوء وأحلـّق مترنماً بأناشيد القناعة والرضاء.

أنا عندليبك الذي لا يشرب سوى مياه عزائك المنحدرة بلا انقطاع من علياء وجودك.

الأنانية الفردية والصناعية والسياسية والمشاعر المتأججة بأوهام سمو عرق على آخر.. والإتجار بالعقائد والمعتقدات كلها أحدثت الفرقة والتباعد بين الشعوب والأجناس ومزقت الأرض بالحروب ونتيجة لذلك يحدث ما يحدث من دمار اقتصادي وجهل روحي وشقاء جماعي.

إن تنمية مزيج من المزايا الروحية والفعالية المادية والسمات الإنسانية النبيلة التي نراها ظاهرة في حياة الناجحين هي جوهر العيش السعيد ومن شأنها أن تنتج أرقى البشر في أي زمان ومكان.

يجب أن نتبنى المُثل العليا من تفكير سليم وتصرف حسن وتعاطف وجداني صادق مع الآخر.

حقاً أن الإنسان يتسامى بالإنصاف والتعاطف وبالتنمية المتساوية والمتوازية للجوانب المادية والفكرية والروحية والخلقية في شخصه.

غاية كل البشر هي إحراز السلام والرضاء والأمن والمعرفة والخلود.

وفي هذا الشوق للكمال المخبوء في داخلنا تكمن صورة الله..

وهذه الصورة المباركة تحاول إظهار ذاتها من خلال البشر المتناغمين مع طبيعتهم العليا.

التعدد هو قانون الطبيعة والوحدة تفضي إلى المطلق.

بالإنفصال والتعداد يصبح العالم قِدراً تفور وتغلي بالآلام والمعاناة فوق نار الحروب والموت..

والعيش المثالي الذي يؤلّف ما بين القلوب ويقرّب النفوس من بعضها ويوحدها مع الحق هو طريق السعادة والسلام والخلود.

لا شيء يمكنه أن يمنحنا الرضاء ويمسح من عيوننا دموع الشقاء إلا الله وحده.

نفس الإنسان هي جزء منفصل عن الكل ويجب أن تعود إلى الكل كي تصبح كاملة. وبحثنا عن السعادة يجب أن يقودنا إلى الله ينبوع كل المسرّات.

ورغبتنا في المعرفة يجب أن تروي ظمأها من ينابيع الحكمة الإلهية. وسلامنا لن يكتمل إلا إذا توحّد مع سلام الله الذي يعصى على الوصف.

وجودنا يحتاج إلى وجود الله كي يصبح خالداً ووعينا سيصبح دائم التمدد والإتساع عندما يلامس الوعي الكوني ويتحد به..

وفرحنا سيكون لا متناهياً وسيزداد ملايين المرات عندما يقترن بالفرح الإلهي.

المبطان الذي قتله الشره

ذات مرة تناول حكيمٌ الطعام مع شخص شره فقال الحكيم: "إنني أحب هذا الطعام الطيب"

لكنه لم يأكل كثيراً. أما المبطان النهيم الذي لم يكن قد ذاق في حياته مثل تلك الوجبة الشهية

فقد ظل يلقم حتى انبشم ومات من التخمة، طالت أعماركم.

الحكيم ذو الإرادة استمتع بالطعام لكن دون التعلق الحسي الذي قضى على الجشِع. والحكيم كان على تناغم مع طاقات روحية شفافة تغذي روحه وتنعش خلايا جسده وعندما تناول الطعام تناوله باعتدال حتى لا يعيق أو يعرقل مدد الطاقة الكونية الذي كان على دراية واعية بانسيابه إليه.

ليس من الضروري ترك كل شيء والتقشف حتى يحيا الإنسان حياة روحية لكن من الضروري التذكر بأنه ليس بالخبز وحده يحيا الإنسان.

جنة المحبة وفردوس السعادة

في وهج نورك المبارك أقدّم ابتهالات روحي
وأسألك أن تتقبل تقدمة قلبي المتواضعة.
ابعد عني أشباح الظلام
وارمقني من عين السماء
ومن منافذ قلبي ومشاعري
واظهر لي في هيكل محبتي لك.
باركني كي أرى الخير
وأفكر بالخير
وأصاحب الطيبين الأخيار
وكي أتأمل عليك
يا من أنت منبع كل خير وصلاح.
بنعمتك سأطرد من محراب روحي
كل الأفكار الناشزة
وأتناغم مع حضورك المبارك في ذاتي

علني أحيا في فردوس السعادة
وتتوارد عليّ الخواطر النبيلة السامية.
انفحني بعطر غبطتك
وليغمرني حبك القدسي على الدوام.
باركني كي أحيا في جنة المحبة
متنعماً بحضورك الإلهي
وسلامك السماوي
وكي أدرك أنني نفس خالدة
وأنني أحيا بنورك
وأعيش ببركتك.
إلهي الحبيب
من روضة الفجر
أقطف لك زهور النور
لأضعها تقدمة متواضعة
على قدميك.
دع النجم الثاقب لحبي لك
يندفع بقوة متعاظمة
عبر أجواء ذهولي
وغفلتي عنك
ويبدد ظلمتها.
لا تنسني
حتى ولو نسيتك
اذكرني
وإن لم أذكرك.
الله هو أثمن ما في حياتي
فهو يستوي على عرش ضميري
ويلهمني كلمات الحكمة
ويرشدني إلى السبيل
الذي ينبغي لي أن أنتهجه
إن الحياة المتزنة
التي تراعي كل القوانين الإلهية والطبيعية
وتجمع بين النشاط والهدوء

تجلب السعادة وتحقق مصير الإنسان
البيت المملوء بالجواهر لا يمكن رؤيته في الظلام
وهكذا الحضور الإلهي لا يمكن الإحساس به
ما دام ليل الجهل ضارباً أطنابه
إن لم يكن إدراكنا لله فعلياً
بحيث لا يمكننا إنجاز واجباتنا اليومية بدونه
فمن الواضح أننا لم نشعر بأية صلة بين الله والحياة
عندما نمتلك طموحاً ونكلله بفكرة خدمة الآخرين
فإننا نساعد أنفسنا بمساعدتنا للآخرين
يا رب
مع انتشار أشعة الشمس الحيوية
سأنشر أشعة الأمل في قلوب الفقراء والمهجورين
وأشعل مصابيح العزيمة والثقة بالنفس
في قلوب من يظنون أنهم فاشلون
عندما ندرك بأن الحياة مدرسة لتعلّم وأداء الواجبات
وفي نفس الوقت هي حلم عابر
سنعرف عندئذ أن الله معنا
يجب أن تقوم الحياة على الخدمة
إذ بدون ذلك الهدف النبيل
لن يحقق العقل الذي وهبه الله للإنسان
الغاية التي من أجلها وُجد
التسليم لله يجعل الإنسان ينجز كل أعماله
بإحساس من الفرح والإمتنان لله
فبالتسليم وحده نشعر بالسلام
سأحرق كل نقاط الضعف الفكري والخُلقي
في نار التصميم
لإنني ما لم أتخلص من نقاط الضعف تلك
لن أتمكن من رؤية الشعلة الإلهية
يا رب
سأصمم اليوم على إنجاز أشياء محددة
ثم أقوم بعمل ما خططت له
سأتأكد أولاً من صوابية قصدي

وعندئذ سأحس بقوتك
وأحقق بعونك وبركتك ما أنوي القيام به

همسات ونسمات

المعلم برمهنسا يوغانندا

ترجمة: محمود عباس مسعود

قد تتبختر الأنا الصغيرة قائلة بزهو وصلف: أنا أنت!

لكنني سأنشد التعرف على ذاتي الحقة العابقة بشتى أزاهير الطيبة والتواضع.

عرّ فني يا إلهي على هويتي الأكيدة، ودعني أسمعك تهمس في أعماقي قائلا: أنا مثالك وأنت صورتي!

في روضة الأحلام الليلية

في روضة أحلامي الليلية تنبت أزاهير عديدة: نوّارات خيالي النادرة. هناك، حيث النور الكوكبي الدافئ، تتفتح براعم الآمال الأرضية ناشرة بتلات زاهية من التحقيق والرضاء.

في وهج تلك الأحلام ألمحُ أطيافاً لوجوه حبيبة منسية، وحوريات من المشاعر العزيزة الدفينة من زمن بعيد في تربة اللاشعور.. كلها تنهض بأثواب برّاقة. واستجابة لنداء ملائكة الأحلام أبصر قيامة كل الاختبارات الماضية.

يا رب، لقد وهبتنا الحرية كي ننسى متاعبنا اليومية بالزيارات الليلية إلى أرض الأحلام. ساعدنا كي نتيقظ بك وننجو للأبد من الأحزان البشرية.

إنك ترقب عودتي

أيها الملجأ الإلهي! إنني أسبح في بحر الحياة، تتقاذفني أنواء المحن العاتية. سواء كنت عائماً فوق أمواج الملذات أو غارقاً بين الحين والآخر في لجج الآلام أحن للإفلات من الثنائية ببلوغ شواطئك الأثيرية الفائقة. ومع كل دفعة من ابتهالاتي أدنو منك يا ملاذي الأوحد.

لن أكفّ عن المحاولة لأنني أعلم بأنك تتلهف لقدومي وتنتظر بشوقٍ عودتي !

طائر الفردوس

أنا عصفور الجنة: طائر الفردوس الذي صاغته أياديك المباركة.

لقد جمّلتني بالظـُرف والألوان البديعة: بزغب الرقة وريش التفتح الروحي المذهّب.

لقد حلـّقتُ عاليا في أجواء الحياة العابسة المكفهرة بحثا عن جنة الغبطة، فتلطخ ريشي الزاهي ببقع اليأس القاتمة.

تعالَ يا إلهي واغسل طائر فردوسك بأشعة الحكمة ومياه السلام العذبة النقية.

النحّات الرباني

لتكن كل نبضة من نبضات قلبي كلمة جديدة في قصيدة حبي الخالد لك.

ولينقل كل صوت تتلفظ به شفتاي اهتزازاتٍ مباركة من صوتك المقدّس.

ليتشـبع كل خاطر من خواطري بغبطة وجودك.

ولتـُشحن إرادتي بحيويتك الإلهية.

زيّن بنعمتك كلَّ أفكاري وتعبيراتي وطموحاتي.

أيها النحّات الإلهي الأقدس، صُغ حياتي بالكيفية التي تراها، طبقاً لتصميمك الفريد .

أنت مجيري

ساعدني يا ربي كي لا أوقظ وحوش الغضب والإنفعال في النفوس غير المهذبة. ولكن إن هي هاجمتني فسألوذ بكهف حمايتك الصخري داخل روحي.

أيها المجير الإلهي! بدونك لن أ كون آمناً مطمئناً حتى في أ كثر الحصون البشرية مناعة. كن غطائي الواقي ودرعي الصامدة إزاء قذائف المحن المتفجرة. وباركني علني أشفي – بالجراحة المقدسة – كل المتألمين من جروح الحياة وشظاياها.

النشوة المقدسة

عندما يكون مريدوك في الصلاة، أستجمعُ إشعاعات النشوة المقدسة من عيونهم وأمزجها بحماسي الروحي

لأقدمها شرابا منعشاً لأفكاري الظامئة؛ فتشرب حتى الإرتواء، وتزول آلامها والمخاوف.

ولطالبي العزاء والمواساة أقدم هذا الشراب السحري في أقداح شفافة من إخلاص القلب ونوايا الخير.

ليت كل من يجرع هذا الإكسير المبارك ينتشي نشوة دائمة فينسى متاعبه وتتلاشى آلامه!

طهّرني في أتون البلايا

إن معدن حياتي الخام ينصهر في أتون البلايا والمحن، وكل زيف يمحص في نيران التجارب والطموحات المقدسة.

أيها الصانع الإلهي، خلصني من الضعف البشري وهب لي عزيمة صلبة كالحديد وعزماً روحياً كالفولاذ المسقـّى. ساعدني كي أعيد صياغة جوهري المصفـّى إلى أدواتٍ فعّالة من ضبط النفس والإصرار الصحيح.

وبسيف التوازن العقلي فلأفتك بأعدائي الباطنيين – عاداتي العاتية – التي تتربص بي وتحاول صدّي عن التفكير الدائم بك وحدك.

كن شمسي وقمري

رباه، أرسل أشعة حكمتك لترشدني في أيام إنجازاتي السعيدة، وضوء قمر رحمتك لينير دروبي في ليالي الحزن المعتمة.

تعال إليّ

هل سيبزغ فجر ذلك اليوم ، عندما سيستدرّ التلفظ بإسمك المبارك فيضاً من الدموع يغمر ضفاف جهلي ويرطـّب قلبي؟

عندها، وفي بحيرة دموعي المتجمعة ستنبت زنابق الحكمة المقدسة ويبدد نورها ظلمتي أبد الدهر.

أيتها الأم الكونية المتخللة كل الموجودات، تعالي إليّ إذ لا شيء يقدر على ملاشاة حزني وتبديد كآبتي سوى وجه رحمتك الكلية ورأفتك المتناهية.

وحدة لا تنفصم عراها

علمني يا رب ، كي أعثر على وحدتي معك في السلام الباطني وفي الضوضاء الخارجية. لا يهم إن كنت محاطا

بالسكون أو الضجيج ما دمت أتمكن من الإحساس بحضورك الغامر في كل مكان وزمان.

فلأنجز أعمالي ببشاشة

إنك تعمل على الدوام وتبتسم من ملايين القلوب السعيدة. باركني كي أمتلك – مثلك – ابتسامة لا تذوى أثناء عملي في مصنع الحياة.

لتـتراقص أمواج قوّتك دوماً على نهر نشاطاتي اليومية.

أيتها الأم الإلهية، مثلما تستمتعين بتصميم الذرات والزهور والأكوان، هكذا علميني سر العمل والإبتكار بعقل متزن ونفس رضية.

الشفاء العقلي والنفسي والجسدي

ساعدنا أيها الروح الكوني كي نشفي الجسد بشحنه بنشاطك الكوني، وكي نشفي العقل بالبشاشة والتركيز الذهني، وكي نشفي النفس من علة العلل – الجهل – باستعمال أ نجع دواء: التأمل اليومي المقدس على الله.

توكيد للشفاء

أيها الروح الإلهي، لقد خلقتَ جسدي ولذلك فهو سليمٌ ومعافىً لأنك موجود به. إنك الكمال بالذات وأنا مخلوق على صورتك؛ إذاً أنا بخير وفي أحسن حال!

تأكيد من أجل شفاء الآخرين

إنك صورة الله ونشاطـُه الحيوي الخالد يتخلل كل خلايا وأنسجة جسمك. إن كيانك بأسره ينبض بحضوره الإلهي؛ فأنت معافى بعونه تعالى.

كن ربّان سفينتي

يا رب ، كن ربان سفينة نشاطاتي اليومية، وقدها إلى شاطئك المقدس الذي هو بَر الأمان وراحة التعبان.

نيران الحماقة المضللة

في ليل الأخطاء تعقبنا سرابَ السعادة الحسية المضلل؛ وإذ ابتعدنا عن درب التقدم الروحي فقد تعثرنا في مستنقعات الخيبة والضياع.

يا رب، يا من أنت دائم اليقظة والإنتباه، لا تسمح للهب الحماقة المترائي فوق مياه الأهواء والأوهام الضحلة بأن يستدرجنا إلى أوحال ومغاصات المتع الوضيعة.

إننا عيالك التوّاقون لبلوغ بيتنا السماوي. فباركنا كي نبلغ غايتنا باتباع النور الباطني لبصيرة الروح ، الذي هو منارتك القدسية الهادية والمنادية المبحرين للإقتراب من شاطئك المبارك!

سمعت صوتك

في حيواتٍ عديدة سمعت همستك اللطيفة قائلة: عد إلى البيت!

لكنها اضمحلت وتلاشت وسط ضوضاء المشتهيات غير المباركة.

لقد هجرتُ طوابير الرغبات المتزاحمة وسأدعوك إلى خلوات قلبي البتول.

عندما أجلس للتأمل عليك، هل لك أن تبدد الإغراءات الأرضية التي ما زالت متربصة في زوايا ذاكرتي؟

في سكينة روحي أحنّ من كل قلبي لسماع صوتك المبارك.

شمعة الذكرى

قد أضل السبيل وأسير في الدروب المظلمة والمتاهات المعتمة، ولكن أيتها الأم الكونية، احرسي الشمعة النحيلة لتذكّري لكِ حتى لا تطفئها رياح الشكوك وعدم اليقين.

لقد طلبتُ كل الأشياء الأرضية لأكتشف أخيراً أنني أتشوق لكِ وحدك يا أماه! تعالي ولا تتركيني أبدا!

الظلمة تتلاشى أمام نورك

أيها المعلم الإلهي، دعني أدرك أنه حتى ولو كان ظلام جهلي قديماً قِدم الدهر، فمع إطلالة فجر نورك سيتلاشى الظلام كما لو لم يكن أبدا!

اعزف على ناي حياتي

أيها الرب المحب، بساعديَّ ساعد بنيك..

تكلم من صوتي، واستخدم عقلي لإلهام الآخرين.

تنفس مع أنفاسي، لأنك الوحيد القادر على عزف ألحانك الأبدية على ناي حياتي.

أنا قبس من نارك الكونية

في بدء التكوين، عندما تطايرت شرارات الخليقة من صدرك ذي اللهب، رنـّمتُ مع جوقة الأنوار الكوكبية التي أعلنت بشارة انبثاق عوالمك .

أنا قبسٌ خالد من نارك الكوكبية.

أيها القلب الإلهي المحب الصبور! ساعدني كي أجدد – بالتأمل – عهد المودة والعِشرة ما بيننا. دعني أدرك أنه في مسيرتي المباركة نحو التوسّع المقدّس – حياة بعد حياة – كنتَ أنت ومرشدي الروحي، وستظلان دائماً، صديقيَّ الأزليين الأبديين.

وعي الغبطة

بالطبع عندما أقول أن الله هو الغبطة فإنني أعني أيضا أنه دائم الوجود وأنه على دراية واعية بوجوده المغبوط. وعندما نتمنى تذوّق الغبطة الأبدية أو الحضور الإلهي فمن المؤكد أننا نرغب أيضا بوجودٍ أبديّ خالد لا يتغير وبوعيّ أو إحساس دائم مصاحب لتلك الغبطة.

لقد برهنا في محاضرات سابقة بالاستدلال العقلي أننا جميعا - من أعلانا إلى أدنانا- نطلب الغبطة، وأصبحت هذه المسألة أمراً مسلـّماً بصحته لدى النظر إلى أعمال الناس وبواعثهم.

لنكرر هذا الطرح بصورة مختلفة قليلا: لنفرض جدلا أن كائنا عُلويا سيأتي إلينا ويقول لشعوب الأرض كافة "أيها البشر، سأمنحكم أحزاناً أبدية وآلاماً لا تنتهي مع وجود أبدي فهل تقبلوها؟" طبعاً لن يقبل أحد بمثل هذا العرض، لأن الكل يريد غبطة أبدية مع وجود أبدي. إن النظر إلى دوافع البشر يبيّن أن ما من إنسان إلا ويرغب بامتلاك الغبطة.

وبالمثل لا يوجد من يرغب بالتلاشي أو الفناء الذاتي، إذ مجرد التلميح إليهما يبعث في النفس الفزع والهلع. الكل يرغب بالبقاء الدائم، ولكن إن عُرض علينا وجود أبدي بدون وعي أو

شعور بذلك الوجود لرفضناه. ما من أحد يرغب بوجود لا شعوري. كلنا نرغب بوجود واع لا انتهاء له.

والآن ما هو الله؟ فإن كان الله شيئا مختلفاً عن الغبطة أو السرور الأعظم، وإن كان الاتصال به لا يبعث الغبطة في نفوسنا أو لو كان الاتصال به لا يُبعد الألم عنا لما رغبنا به ولما توجهنا إليه. ولو كان الله شيئا عديم المنفعة بالنسبة لنا لـَما كنا لنهتم بالتقرب منه. وما نفع فكرة عن رب يبقى مجهولا بالنسبة لنا، فلا نتحسس حضوره في باطننا وفي بعض ظروف حياتنا على الأقل؟

ومهما كانت فكرتنا العقلية عن الله مثل: (إنه فائق أو هو موجود بنا ومن حولنا)، فإن تلك الفكرة تبقى محاطة ومغلفة باللبس والغموض ما لم نحس بوجوده أيضا.

وبسبب هذا الالتباس والغموض في فكرتنا عن الله وتجربتنا معه نجد أنفسنا غير قادرين على استيعاب مدى أهميته بالنسبة لنا وقيمته العملية للدين. وهذه النظرة غير الواضحة تعجز عن توليد القناعة الكافية في نفوسنا، ولذلك فهي لا تغيّر حياتنا ولا تؤثر على سلوكنا بطريقة محسوسة، ولا تحفزنا لبذل المجهود اللازم للتعرف على الله.

وماذا يقول الدين العالمي عن الله؟ يقول أن البرهان على وجود الله يكمن في نفوسنا. إنه اختبار باطني. لا بد أن تتذكر ولو لحظة واحدة في حياتك في الصلاة أو المناجاة عندما شعرت أن القيود والعوائق الجسدية قد تلاشت أو كادت، وأن الحب الصغير والكراهية واللذة والألم كلها تقلـّصت في عقلك وتدفقت الغبطة النقية والسكينة من قلبك واستمتعت بهدوء لا يعكـّره شيء.. بالغبطة والرضاء.

ومع أن مثل هذا الاختبار السامي لا يحصل عادةً للجميع، لكن لا شك أن كل واحد في وقت ما، في الدعاء أو التعبد أو التأمل، قد تمتـّع بلحظات قليلة من النشوة الروحية والسلام النقي. ألا يُعتبر هذا برهاناً على وجود الله؟ وأي برهان مباشر آخر يمكننا تقديمه عن وجود وطبيعة الله سوى الغبطة النقية التي نحس بها في داخلنا أثناء الصلاة الصادقة أو العبادة الوجدانية الخالصة؟

وبالرغم من وجود دليل كوني عن وجود الله: من المعلول نرجع إلى العلة، ومن العالم إلى بارئ العالم. وهناك أيضاً البرهان الغائي (المتعلق بالبحث عن غاية الطبيعة).. من الخطط الكونية والتكيّف مع تلك الخطط وصولاً إلى العقل الكلي صانع كل الخطط والتكيّفات. كما أن هناك البرهان الخلقي أيضا: فمن الضمير والشعور بالكمال حتى الكائن المعصوم الذي نقف أمامه مطالـَبين بواجباتنا ومسؤولياتنا. ولكن يجب الاعتراف بأن هذه البراهين هي من نتاج "الاستدلال" العقلي بدرجة تتراوح بين الزيادة والنقصان، إذ لا يمكننا امتلاك معرفة كاملة أو مباشرة عن الله بواسطة قوى العقل المحدودة.

القوة المفكرة أو ملكة التفكير intellect تعطي صورة مجتزئة وغير مباشرة للأشياء. فمعاينة الشيء معاينة عقلية معناه عدم رؤيته ونحن متحدون به، بل في هذه الحال نراه ونحن منفصلون عنه. ولكن بصيرة النفس intuition هي الوسيلة المباشرة لإدراك الحقيقة. وعن طريق هذه البصيرة يمكن إدراك وعي الغبطة أو الوعي الإلهي.

لا خلاف على الوجود المطلق لوعي الغبطة ووعي الله، لأننا عندما نمتلك وعي الغبطة نشعر بأن فرديتنا أو شخصيتنا الصغيرة قد تحولت وتبدّلت وأننا قد ترفـّعنا عن ازدواجية الحب والكراهية واللذة والألم وبلغنا مستوى منه تبدو حالات الوعي العادي المحدود واضحة جلية. وكذلك نشعر بتمدد واتساع باطني وتعاطف شامل مع كل شيء. في هذه الحالة تتلاشى ضوضاء العالم وتختفي الإثارة ويبزغ في داخلنا الإحساس بوحدة الوجود وتظهر رؤية جلية للنور الكوني. كل الشوائب والانحرافات تذوب في اللاشيء، فنحسّ وكأننا انتقلنا إلى عالم آخر: إلى مصدر الغبطة الدائمة والديمومة السعيدة التي لا انتهاء لها. أليس إذاً وعي الغبطة هو وعي الله الذي به تظهر كل حالات المعرفة المتقدم ذكرها؟

من الواضح إذاً أن الله لا يمكن تصوره سوى غبطة فيما إذا أردنا أن نأتي به إلى مجال التجربة الهادئة والسعيدة لكل إنسان. عندها لن يظل الله افتراضاً خاضعاً للنظريات العقلية. ألا تسمو فكرة الله هذه على غيرها من الأفكار؟ فهو يُظهر ذاته في قلوبنا

بصورة غبطة التأمل، في الصلوات العميقة والعبادة الصادقة. وطوبى لصاحب النفس المطمئنة!

إذا عرفنا الله على هذا النحو أي بصورة الغبطة يمكننا عندها أن نجعل الدين ذا ضرورة عالمية، لأنه ما من إنسان ينكر أنه يرغب في بلوغ الغبطة. وإن رغب بتحصيلها بالطرق الصحيحة يُعتبر متديناً بسبب تقربه من الله وشعوره به، بحسب ما وصفنا الله بأنه قريب من القلب بصورة الغبطة.

وإحساس الغبطة هذا أو الوعي الإلهي يمكنه أن يتخلل كل أعمالنا وطباعنا إذا ما سمحنا له بذلك. وإن قدرنا على الاحتفاظ به لاستطعنا الحكم على القيمة الدينية النسبية لأعمال وبواعث كل إنسان على هذه الأرض.

وإن أدركنا ولو لمرة واحدة أن بلوغ وعي الغبطة هو ديننا وهدفنا وغايتنا القصوى، عندها ستتلاشى كل الشكوك المتعلقة بمعنى التعاليم المختلفة والتوصيات والتحريمات الخاصة بأديان العالم المتنوعة، وسيتم تفسير كل شيء على ضوء مرحلة النمو التي من أجلها فـُرضت تلك التعاليم وتم الإفتاء بها. وستسطع أنوار الحقيقة وتتضح خفايا الوجود، وسيسلط الضوء على تفصيلات حياتنا بما فيها من أعمال مختلفة ودوافع متنوعة. وسنتمكن من التمييز بين الحقيقة والأوهام واليقظة والأحلام. كما سنبصر تفاهة العادات والتقاليد التي كثيراً ما لعبت دوراً في تضليل البشر ووضع الحواجز بينهم. زد على ذلك أن الدين لو تم فهمه بهذه الكيفية لما بقي إنسان في هذا العالم – صغيراً كان أو كبيراً – غير قادر على ممارسته، سواء كان طالباً أو عاملاً أو محامياً أو طبيباً أو مهندساً أو نجّاراً أو مدرّساً أو عاملاً أو محسناً أو مهما كان وضعه في الحياة.

إن كان الدين هو التخلص من الشعور بالحاجة وبلوغ الغبطة فمن هو الذي لا يرغب في أن يصبح متديناً، أو الذي لا يسعى لأن يصبح ذلك بدرجة أكبر إذا ما تم تعريفه على الأساليب والطرق الصحيحة؟

كما ينبغي عدم التركيز هنا على تعدد الأديان. كل واحد في العالم بمقدوره أن يكون متدينا بطريقته الخاصة، وباستطاعته أن يصبح ذلك بنجاح أكبر باستخدام الوسائل الناجعة. هنا لا يوجد

تمييز على أساس الطبقة أو المعتقد، الطائفة أو المذهب، اللباس أو المناخ، العمر أو الجنس، المهنة أو المركز، لأن هذا الدين هو دين عالمي. فكما أن الله هو الركيزة الأساسية لكل الأديان والمعتقدات فإن التعرف عليه بصورة الغبطة هو القاسم المشترك لوعي أنبياء كل الأديان. ويجب أن لا يتبادر إلى الذهن أن هذه الفكرة عن الله هي تجريدية ولا صلة لها بآمالنا ومطامحنا الروحية...

الله ليس كائناً مثلنا بأفقنا الضيق ورؤيتنا البشرية المحدودة. إن وجودنا ووعينا وشعورنا وقدراتنا الخلاقة لا تعدو كونها ظلاً لوعيه وغبطته. هو حضور مطلق وفائق في حين وجودنا ووعينا وشعورنا هي أمور محدودة وعادية. لا حدود لهذه الأمور في كيان الله، بل هي فائقة ولا متناهية.

إننا نحسّ بالله في السكينة التامة، ونتعرف عليه بوعي الغبطة. وليس من برهان آخر على وجوده؟ وبصورة الغبطة تجد آمالنا وطموحاتنا الروحية في الله اكتمالاً وتحقيقاً، مثلما تجد أشواقنا غرضا أو مادة للعبادة.

في وعي الغبطة نرتفع إلى ما فوق مباهج وأحزان العالم، ولكننا لا نتخطى ضرورة إنجاز واجباتنا والتزاماتنا.

إن صاحب معرفة النفس يعلم يقيناً أن الله هو العامل الأوحد في الوجود، لأن كل قوى الإنجاز تأتينا من الله. ومع تنمية عدم التعلق تتلاشى الأنا الصغيرة وتضمحل، ونشعر أننا نقوم بأداء أدوارنا المخصصة لنا على مسرح العالم دون أن نتأثر نفسياً بالظروف الإيجابية أو السلبية، بالمحبة أو البغضاء المقترنة بأداء الأدوار. إن مسرحية الحياة هذه لا بداية لها ولا نهاية. كل واحد منا يجب أن يقوم بدوره الذي يخصصه له مدير المسرح الأعظم دون تذمر أو استياء حباً بالمسرحية وإكراماً لمدير المسرح. ومن يبلغ وعي الغبطة سيشعر بأن العالم هو مسرحية فيقوم بأداء دوره بأفضل ما لديه من قدرات ومهارات فنية، متذكـّراً على الدوام أنه يعمل بتوجيه وإرشاد مدير المسرح الأعظم: الله العلي القدير منبع كل خير ومسرّة في الوجود.

والسلام عليكم

ومضات من أنوار الوعي الكوني

الإنسان يبدو كالغريب الذي يسافر وحيداً في هذا العالم.

الأشخاص الذين يظن أنهم خاصته ليسوا في الحقيقة كذلك.

أقدارنا تحدد المسارات الفردية لكل منا، ولا يمكن لأحد أن يسيطر على إنسان آخر أو يمتلكه.

وبالرغم من ذلك، لسنا وحيدين في هذا العالم، إذ هناك بعض علاقات وثيقة ذات جذور راسخة وعميقة، نستمد منها الدعم والفرح.

من هم هؤلاء القريبون منا؟

هم ليسوا دائماً من أفراد أسرتنا، بل أولئك الذين نشعر بأن رباطاً قوياً من الصداقة يجمعنا بهم.

على سبيل المثال، هناك أشخاص غذيّت في نفوسهم المبادئ التي أؤمن بها فنمَت وترعرعت. يقدرونني وأبادلهم المودة والتقدير وأشعر أن وشائج مباركة تجمعنا على الخير والمحبة والسلام.

الرجل والمرأة اللذان يوحدان حياتهما من أجل مساعدة أحدهما الآخر وإلهامه القيم والمثل النبيلة يبنيان زواجهما على أسس المحبة غير المشروطة.

إن تنمية الحب النقي وغير المقيد بشروط بين الزوج والزوجة والأبوين والأولاد والصديق وصديقه والنفس والكل.. هو درس أتينا إلى هذا العالم لنتعلمه.

الزواج الحقيقي هو مختبر حيث تنسكب سموم الأنانية والطبع الرديء والسلوك السيئ في أنبوب اختبار الصبر لتحييد وتغيير تلك الآفات بفعل قوة الحب الحافزة والمجهود المضطرد للتصرف بنبل وكرامة.

إن كانت هناك صفة معينة في طبع الشريك (أ) تثير صفة غير مستحبة في طبع الشريك (ب) فينبغي على الشريك (ب) أن يدرك بأن هناك سبباً لذلك، وهو إظهار السموم المخبوءة في داخله كي يتعرف عليها ويتخلص منها وبذلك ينقي طبعه وطبيعته.

إن أعظم ما يمكن للزوج والزوجة أن يتمنياه لبعضهما هو التفتح الروحي الذي يجلب المزايا الطيبة من فهم وأناة واكتراث ومحبة.

ولكن يجب أن يأخذا في الإعتبار أن النمو الروحي لا يمكن فرضه بالقوة على الآخر.

عندما يختبر الإنسان المحبة في ذاته ويترجمها بلسان أفعاله سيحس أحباؤه بتأثيره الطيب ويبادلونه المحبة والإحترام بمثلهما.

وما لم يدرك المتزوجون الغرض السامي من الزواج فقد لا يسعدون بحياة زوجية هانئة.

الإفراط الجنسي والتباسط الزائد والخشونة الجارحة والظنون السيئة والكلام والأفعال المهينة والتخاصم أمام الأولاد وتفريغ شحنات الغضب وإلقاء المشاكل على الشريك الآخر.. هي أمور يتعين عدم السماح لها بزعزعة أركان الزواج.

يتعين على الزوج والزوجة أن يكونا مخلصين لبعضهما وأن يبذل كل منهما ما بوسعه لإسعاد الآخر بكل الوسائل والطرق.

يجب أن لا يتخلى شريكا الحياة عن بعضهما لأن أحد الشريكين لا يمتلك ميولاً روحية، بل يجب أن يكون كل منهما ذا تأثير إيجابي على الآخر طالما كان ذلك ممكناً.

الزواج مختبر عظيم لتنمية المشاعر الرقيقة والإحترام المتبادل.

وهو أيضاً مدرسة لتنمية الإرادة الطيبة وتنقية الحب من الشوائب وتضحية الإعتبارات الأنانية في سبيل خدمة وإسعاد الآخر.

من المهم في الحياة الزوجية احترام وجهة نظر الآخر والإمتناع عن المشاكسة والمناكفة حول أشياء زهيدة، فالاحترام المتبادل يولـّد السعادة في حين يؤدي تسفيه رأي الآخر إلى الشحن العاطفي واحتقان المشاعر وتسميم الأجواء.

الزواج الناجح يقوم على مزايا روحية وعقلية راقية من حب متألق ولطف واحتمال وتعاطف وفهم ودّي ورحابة صدر وأحاسيس رهيفة.

يجب على الأزواج والزوجات أن يشعروا بالحب نحو بعضهم البعض وأن لا يقتصر ذلك الشعور على لحظات بعينها، وإلا سيجدون أنفسهم سائرين نحو منحدرات الملل والاستياء أو حتى الكره المتبادل وربما الطلاق أيضاً.

الحب أقوى من الضعف الجسدي أو العقلي، ولذلك يجب أن لا يكون مقيداً بشروط.

والحب لا يمكن انتزاعه من الآخر بالقوة بل يمكن فقط تقبله كهدية تلقائية من القلب إلى القلب.

ينمو الحب ويترعرع في بيئة من التسامح والثقة ويحتضر في أجواء الغيرة والحسد.

الحب يحيا في القرب - النائي ويموت في التباسط المغلوط.

{وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُم مِّنْ أَنفُسِكُمْ أَزْوَاجاً لِّتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُم مَّوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ}

{...ويكون الاثنان جسدًا واحدًا}

المطلب الأول والأهم للزواج السعيد هو وحدة الروح – التشابه في الميول الروحية والأهداف، والرغبة الفعلية لتحقيق تلك الأهداف من خلال الدراسة والمجهود والإنضباط الذاتي.

الأزواج الذين تجمعهم وحدة الروح سيتمكنون من جعل زواجهم ناجحاً حتى وإن لم تتوفر عوامل أخرى.

المطلب الثاني لزواج ناجح هو تشابه الاهتمامات العقلية والإجتماعية والبيئية وغيرها.

والمطلب الثالث والأقل أهمية، مع أنه في العادة يحظى بالمقام الأول في غير المستنيرين، هو التجاذب الجسدي.

الجاذبية الجسدية لا تلبث أن تفقد بهجتها وقوتها في حال انعدام المطلب الأول أو المطلب الثاني.

* * *

يجب أن نكون نشيطين في هذا العالم، وأن نقوم بأعمال نافعة وبنّاءة.

ولكن عندما نفرغ من إنجاز واجباتنا، يجب أن نريح أنفسنا وأن نلتمس الهدوء داخل كياننا.

كما يجب أن نتذكر بأن أعصابنا تحتاج للراحة والسكينة لاستعادة الحيوية وتجديد النشاط.

إن امتلكنا جملة عصبية هادئة فسننجح في كل ما نقوم به، وعلاوة على ذلك سنكون على تناغم مع ذواتنا وتوافق مع الله.

* * *

وقال لمجموعة من المريدين:

إن كوب حياتكم طافحٌ ومغمور بالحضور الإلهي، ولكن نظراً لعدم انتباهكم لا تحسّون بذلك الحضور المبارك.

عندما تكونون متناغمين كتناغمكم مع بث إذاعي عندئذ تشعرون أنكم على تواصل وثيق مع الله.

لو عبأتم زجاجة بماء البحر وأحكمتم سدها بفلينة ثم ألقيتموها في البحر فلن يحدث تمازج بين الماء الذي داخل الزجاجة وماء البحر. ولكن إن نزعتم السدادة سيحصل تمازج على الفور.

وهكذا يجب أن ننزع سدادة الغفلة واللامبالاة من زجاجة وعينا قبل أن نتمكن من ملامسة الحضور الرباني.

مفتاح فردوس السعادة

لحسن الحظ، بإمكاننا أن نبدأ في أي وقت وفي أي مكان التركيز على تنمية المزايا الحسنة التي تنقصنا.

إن كانت تعوزنا قوة الإرادة فلنركز على معالجة تلك الناحية، وسنتمكن من خلال المجهود الواعي من تقوية إرادتنا بعونه تعالى.

وإن أردنا تحرير أنفسنا من الخوف، يجب أن نفكر بالشجاعة، وسيحين الوقت الذي به نتحرر من قبضة الخوف.

وببساطة، كل ما يتوجب علينا عمله هو استبدال الأفكار المقلقة التي نود القضاء عليها بأفكار إيجابية بناءة. هذا هو المفتاح لفردوس السعادة والنجاح، وهو متاح لكل من يريد استخدامه.

* * *

قد يظن البعض أنه من المستحيل محاولة قهر الكراهية وإلهام البشرية بالحب الإلهي الذي اختبره ونادى به العارفون، لكن الحاجة كبيرة لتغيير المنحى واستبدال البغضاء بالمحبة.

الأيديولوجيات الإلحادية تحارب القوانين السماوية وتحاول طرد المفاهيم الروحية من نفوس البشر، والعالم مندفع بجموح وخطىً متسارعة نحو وجهة مجهولة المعالم.

وبمحاولتنا وقف العاصفة الهوجاء قد نبدو أحياناً كالنمل الصغير السابح في المحيط، إنما يجب أن لا نستهين بقوى الخير التي أودعها الله في الإنسان وألا نقلل من أهمية ما يمكننا فعله.

الشيء الوحيد الذي سيقضي على آلام العالم – أكثر من المال أو أي وسائل مادية أخرى – هو التأمل وإرسال أمواج من الوعي الروحي الذي يحس به المتأملون.

يجب أن نبث رسائل الخير والإرادة الطيبة للعالم وأن نحاول فهم خطة الله للبشرية، وأن نعمل بتوافق وانسجام مع إرادته الكونية الحكيمة.

قلت له: "انهض"

إن مررتَ بكل تجاربك مبتسماً وواثقاً بالله، دون أن تراودك الشكوك، سترى كيفية عمل القانون الإلهي.

[في عشرينيات القرن الماضي]، عندما كنت أنوي القيام بجولة محاضرات في سان فرنسيسكو لم يكن لدي في البنك سوى 200 دولار، ولم يكن ذلك المبلغ كافياً حتى للبدء في الجولة، وكانت هناك فواتير كبيرة يتعين دفعها، فقلت:

"إن الله معي. لقد وضع على عاتقي هذا العمل وسيساعدني على إنجازه، فالعمل الذي أقوم به هو لوجهه ولا بد أن يعينني وييسر أمري."

لو أن العالم بأسره تخلى عنك، وتعلم مع ذلك علم اليقين بأن الله معك، فإن قوانينه ستفعل العجائب من أجلك.

عندما أتى سكرتيري إليّ وأخبرته عن المبلغ الذي لديّ في البنك صُعق وسقط بالفعل على الأرض.

قلت له: "انهض"

فأجاب وهو يرتجف: "سنذهب إلى السجن لعدم تمكننا من دفع الفواتير المترتبة علينا!"

قلت: "لن نذهب إلى السجن، ففي غضون سبعة أيام سيكون لدينا كل ما نحتاجه من مال لجولة المحاضرات هذه."

كانت الشكوك تعصف به في حين كان إيماني راسخاً.

لم أكن محتاجاً للمال لأي غرض أو مكسب شخصي، بل لنشر رسالة إلهية، فلم يدخل الخوف إلى قلبي بالرغم من مصاعبي الكثيرة، ويمكنني القول إن الخوف يخاف مني.

ممَ تخشى؟ يجب أن لا يخيفك شيء. واجه كل المشاكل بإيمان راسخ بالله وسيكتب لك النصر.

عندما يكون القلب مستغرقاً بالله يستطيع الإنسان أن يتخطى كل العقبات والعراقيل بعون الله وبركاته.

خلال ذلك الأسبوع، وبينما كنت أتمشى أمام فندق بالاس، اقتربت مني سيدة متقدمة في السن وقالت: "هل يمكنني التحدث إليك؟"

تبادلنا بضع كلمات، وبدون مقدمات قالت: "لدي أموال كثيرة، فهل بمقدوري مساعدتك؟"

أجبتها: "لست بحاجة إلى مالك، ولماذا تعرضين عليّ المال وأنت لا تعرفينني؟"

أجابت: "لكنني أعرفك، إذ سمعت الكثير عنك."

وعلى الفور حررت شيكاً بمبلغ 27 ألف دولار (وهو مبلغ ضخم في تلك الأيام)، فرأيت يد الله من وراء ذلك.

* * *

ما لم ينمِّ الإنسان البديهة أو ملكة الحدس فإنه يتخذ قرارات مغلوطة وينتقي شركاء عمل غير مناسبين ويرتبط بعلاقات شخصية خاطئة.

وبما أن حُكم الإدراك الحسي مبنيّ أساساً على المعلومات التي يتلقاها العقل عن طريق الحواس، فإن خـُدعت الحواس بالمظاهر فقد يعتقد أن أحدهم هو شخص رائع دون معرفة ما بداخله.

أو قد يظن أنه عثر على شريك - أو شريكة الحياة - فيدخل في علاقة زوجية قد تقود إما إلى عيشة تعيسة أو تنتهي بالطلاق.

لكن البديهة لا ترتكب أبداً مثل تلك الأخطاء، فهي لا تنظر إلى القوة المغناطيسية في العينين أو إلى الوجه الجذاب لشخص ما، بل تشعر بدقة وتدرك في صميم القلب الطبيعة الحقيقية لذلك الشخص.

روحنة الطموح

لن أنسى قط كلمات قالها لي موظف مبيعات في متجر كبير حيث ذهبت لابتياع معطف لي.

قال: "يا سيدي، لا أريد أن أبيعك شيئاً ما، بل أحاول معرفة ما تحتاجه بالضبط."

ذلك الرجل الطيب لم يحاول أن يبيعني أغلى معطف لديه، بل أراني معطفاً أقل تكلفة ويناسبني من كل ناحية.

وكنت مرتاحاً لحصولي على ما أحتاجه وبسعر معقول.

وبذلك فقد ضمنني زبوناً دائماً لشركته.

يجب على الناس أن يُدخلوا عنصراً روحياً على طموحاتهم العملية وأن يفكروا بتقديم الخدمة المناسبة لاحتياجات إخوانهم في الإنسانية.

ولا يكفي أن يكسب الإنسان المال عن طريق تقديم خدمات والحصول على المال في المقابل، بل أن يعمل لكسب المال واستخدامه في إنشاء مرافق ومؤسسات تخدم الاحتياجات العامة.

عندما يكسب الشخص مبالغ كبيرة وفي نفس الوقت يساعد شركاءه والعاملين لديه يزداد وفرة ورخاءً، وبذلك يوظف ثروته في مساعدة الآخرين كي يساعدوا أنفسهم، وهذا ما أسميه "روحنة الطموح".

الأهل الأغنياء الذين يتركون مبالغ طائلة لأبنائهم يخنقون بهم النمو التطوري القائم على النجاح المكتسب بالمجهود الذاتي ويحرمونهم من العصامية ومتعة الإنجاز.

* * *

لقد أظهر الله حقيقته في تعبيرات متباينة ضمن الحضارات والقوميات المستقلة والذهنيات الفردية.

ومن خلال هذا التنوع الكبير فقد وضع الله أمامنا صورة متغيرة ومختلفة الألوان لإمكانيات الإنسان الكامنة به، ومن واجب الإنسان أن يستخلص من هذه الصنوف المتعددة أسمى وأفضل المزايا وأن يغرسها في نفسه وفي وطنه وفي عالمه.

ذلك ما يفعله ذوو العقول المستنيرة في كل زمان ومكان.

إنهم يسبقون عصرهم بمئات السنين، ويظهرون من خلال أفكارهم المتفتحة ووعيهم النامي الأسس العالمية للحق والتي هي أزلية خالدة.

تلك الأسس هي جوهر الفن الحقيقي للحياة السعيدة.. وهي أسس حيوية قابلة للتطبيق ولا غنى عنها لنجاح وسعادة كل إنسان.

الفوارق بين الشعوب والأمم والعرقيات والمذاهب المختلفة يجب أن لا تكرّس الإنقسامات بين البشر، بل أن تعمل بدلاً من ذلك كنموذج أساسي للمقارنة ولانتقاء أفضل الخصائص والأساليب التي تساهم في تطوير الإنسان والمجتمع المثاليين.

فن القناعة الذاتية

قلائل هم الذين يمكنهم أن يكونوا سعداء دون ممتلكات، أو على الأقل دون قدر كافٍ من المال والصحة.

معظم الناس يلزمهم بعض الأشياء كي يشعروا بالسعادة، فسعادتهم تتوقف على الظروف الخارجية لأن العقل لم يُدرّب على التمتع بسعادة باطنية دون قيد أو شرط.

يظن الشخص أنه سيسعد – أسعدكم الله – إن هو حصل على كل ما يظن أنه بحاجة إليه. لكن الرغبة تولّد رغبات، ومن يستمر في مضاعفة رغباته سيبتعد عنه الرضاء بُعد الثريا عن الثرى.

فقبل أن تشتري شيئاً ما تشعر أنه لا يمكنك الإستغناء عن ذلك الشيء ولا بد من حصولك عليه مهما كان الثمن. ولكن ما أن يصبح بين يديك حتى تقل رغبتك به تدريجياً وتبدأ بالتفكير في شيء أفضل، وهكذا دواليك.

النجاح هو فن القناعة الذاتية: احصل على ما تحتاج إليه فعلاً ثم ارضَ بما لديك.

كثيرون من عمّال وموظفين يصرفون أموالهم على أشياء غير ضرورية ونتيجة لذلك يغرقون حتى الذقون في الديون.

عرفتُ رجلاً وزوجته عاشا في بيت جميل في إحدى المدن، وكانا ما أن تقع أعينهما على شيء يرغبان به حتى يبتاعانه على الفور وعلى التقسيط. لكن في نهاية المطاف أصبح بيتهما الجميل مصدر رعب لهما.

لقد عجزا عن تسديد أقساط الأشياء المكومة في بيتهما، فقلت لهما ذات مرة: "هذه الأشياء ليست أشياءكم ولا تملكونها، لقد اقترضتموها بالتقسيط... فلماذا لا تبسّطان حياتكما دون هذه الهموم المتواصلة التي تدمّر كل ما لديكما من طمأنينة واستمتاع؟"

ونظراً للديون التي وقعا فيها فقد خسرا أخيراً كل شيء، مما اضطرهما للعودة إلى الحياة البسيطة والبدء من جديد.

هناك رغبات سليمة ورغبات عقيمة. الرغبات السليمة ذات القيمة تشبه الجواد الأصيل الذي بدلاً من أن يأخذك إلى وادي الظلام يسير بك نحو آفاق مشرقة من السعادة والإرتياح. ومن واجب المرء تحليل الرغبات لمعرفة ما إذا كانت ستساهم في إسعاده أم إبعاده عن السعادة.

كل ما يبعدك عن الإستعباد للمادة ويقرّبك من آفاق السعادة الحقيقة هو رغبة سليمة. واعلم أن النجاح الحقيقي يعتمد على امتلاك الرغبات السليمة، وليس على امتلاك أشياء على حساب الآخرين.

الثراء الذي يتم تحقيقه بوسائل مستقبحة قد يبدو ظاهرياً بأنه نجاح، لكن مثل هذا الثراء الفاحش يقض مضجع النفس ويحرمها طعم الراحة. والضمير غير المرتاح هو – أعزكم الله – كالحذاء الضيق الذي قد يبدو مظهره جميلاً لكنه يقرص القدم مع كل خطوة.

أما صاحب الضمير المرتاح فهو في سلام مع نفسه ومع الناس ومع الله. وإن كان ضميرك مرتاحاً يمكنك أن تقف بمفردك في وجه الرأي العام العالمي، ومهما كان الظلام كثيفاً حولك، ستتمكن بعونه تعالى من اختراق الظلمة بشعاع الضمير المستنير.

* * *

لسنا بحاجة لتمجيد البشر لنا وثنائهم علينا لأن الطبيعة البشرية متقلبة وذاكرة الإنسان قصيرة الأجل.

تقدير الله ورضاه هو ما ينبغي أن نسعى إليه ونجدّ في طلبه لأن قيمة المرء منوطة بالقبول الذي يحظى به لدى فاحص القلوب وعالم الأسرار.

إن كنا في نظر الله أنقياء أتقياء فهذا هو الأهم.

عندما نقوم بأعمال خيّرة يتحتم علينا أن نتألم أحيانا، ولكن التعب والمضايقة والتهذيب الذاتي وتدريب العقل هي لا شيء مقارنة بالسعادة الروحية التي لا يعادلها مجد دنيوي.

إن فرح الواصلين عظيم ومتجدد، وغاية الحياة هي بلوغ ذلك النعيم الدائم.. وكل فكرة نبيلة تدنينا خطوة من غايتنا القصوى..

مثل تلك الأفكار هي كالنهر الذي يفضي إلى محيط الروح حيث السلام والرضا والسعادة الباطنية.

اختراق

لقد اخترقتُ غابة الجهل الكثيفة
وشققت فيها درباً من نور.
قمت أولاً بإيقاد بعض الهشاشات ونقاط الضعف
أتبعتها بشجيرات من عوسج الرغبات الشائكة
فازدادت النار اضطراماً
وتصاعدت ألسنة اللهب
وامتدت لتلتهم الزهو المتعالي
والجهالات الصفيقة
فاحترقت وحوش الشهوات المسعورة الضارية.
وإذ أشق طريقي
وسط رماد الأخطاء البشرية المتقادمة
سأمهد الدرب لكل الراغبين في اجتياز غابة الجهل.

* * *

في علاقاتنا مع الآخرين، من المهم جداً ملاحظة وتقدير المزايا الجوهرية التي صاغوها من حياتهم.

إن درستَ الآخرين بعقل منفتح، ستتمكن من فهمهم والإنسجام معهم على نحو أفضل، وستستطيع معرفة ماهية الشخص الذي تتعامل معه وكيفية التعامل معه.

لا تتحدث إلى فيلسوف عن سباق الخيل، ولا إلى عالم عن التدبير المنزلي.

يجب أن نعرف ما يهم الشخص الآخر ونتحدث معه عن ذلك الموضوع، وليس بالضرورة عن أنفسنا.

المنافسة بين الرجل والمرأة

يبدو أن المنافسة كانت ولم تزل قائمة بين الرجل والمرأة، لكنهما متساويان في الجوهر، وأحدهما ليس أسمى من الآخر.

يجب أن يفتخر الإنسان بقيمته الذاتية وبما وضعه الله في كيانه من قوى معنوية ومزايا جوهرية.

الرجل يجادل بأن المرأة عاطفية انفعالية ولا يمكنها أن تتدبر الأمور بالعقل والحكمة..

والمرأة تشتكي من عدم قدرة الرجل على فهمها وتقدير مشاعرها.

لكن المرأة قادرة على التفكير المنطقي السليم مع أن الشعور هو الأقوى في طبيعتها..

والرجل قادر على الإحساس بالرغم من أن العقل هو المتسيد في حياته.

والهدف هو خلق توازن بين العقل والعاطفة بحيث لا يطغى أحدهما على الآخر أو يلغي دوره.

هذا التوازن يمكن إحداثه بتعلم الجنسين أحدهما من الآخر عن طريق الصداقة والفهم.

في العارفين نجد مزيجاً رائعاً من الخصائص الذكورية والأنثوية. وعندما نبلغ حالة من التوازن التام بين العقل والشعور نكون قد تعلمنا الدروس الكبيرة التي أتينا إلى هذه الأرض من أجلها.

* * *

نبضات روحية

إنني قبس من الضياء الكوني
وذاتي الجوهرية ليست دماً وعظماً
بل شعاع من الشمس الإلهية.
سأنمّي القدرة على تركيز العقل
سأقرأ الكتب والمواد الجيدة
وسأتعمق في التفكير
وعلاوة على كل شيء
سأغوص في بحر روحي
وأتأمل ما أودع الله بها من أسرار.

أسألك يا رب
أن أجد تأملاً في نشاطي
ونشاطاً في تأملي
بحيث تصبح حياتي كلها
تقدمة حب وولاء لك.
هل يمكنني العثور عليك
سوى في محراب قلبي؟
سأغرس وروداً من الحب الأخوي
في تربة الصداقة والإخلاص.
يقظنا يا رب من سباتنا المزمن
ودعنا ندرك حضورك متجلياً في نور العقل
ومتوهجاً في مشاعل الحكمة.
سأبترد في مسبح الحب الإلهي
المخبوء خلف أسوار التأمل.
ما هذه الحياة التي تسري في عروقي؟
أيجوز أن لا تكون ذات مصدر إلهي؟
مفهوم الإنبعاث
الفكر لا حد له ولا نهاية!

وكل كلمة طيبة تمثل مفهوماً ذا طبيعة كونية، لأن الكلام الطيب والأفكار النقية مصدرها إلهي.

هناك أمواج عديدة من الأفكار العظيمة المتراقصة على صدر بحر الحقيقة.

وتعبيراتنا الفكرية التوافقية هي أمواج في محيط الفهم والمعرفة.

ما معنى الإنبعاث؟

إنه تجديد الحياة والنهوض إلى مستويات راقية.

وما الذي يرتقي.. وكيف يرتقي؟

يجب أن ندرك معنى تجديد الحياة. فكل ما في الوجود يمر بعملية من التغيير والتبديل.

هذه التغيرات هي إما ضارة أو نافعة للشيء الذي يخضع للتغيير.

على سبيل المثال، إن أخذتُ كأساً متسخة وضربتها بقوة على الأرض فإنها ستتغير، أليس كذلك؟

لكن مثل هذا التغيير ليس نافعاً، بل ينطوي على ضرر للشيء الذي تم تحطيمه.

أما إن قمت بغسل الكأس وجعلها شفافة ولامعة فيكون التغيير عندئذٍ نافعاً.

وعليه فإن الإنبعاث يعني أي تغيّر مفيد، سواء للأشياء المادية أو للبشر.

النشاط الإبداعي

هناك ثلاث فئات ممن يمتلكون روح الإبداع:

فئة استثنائية رائعة – فوق العادة

وفئة متوسطة

وفئةعادية

وهناك كثيرون ممن لا يصنفون ضمن أي من هذه الفئات.

يحب أن يسأل الإنسان نفسه:

"هل حاولت أن أبتكر شيئاً جديداً فريداً، فيه نفع لنفسي وللآخرين؟"

تلك هي نقطة البداية لمباشرة النشاط الإبداعي.

فإن لم يكن قد فكر بذلك يكون أحد أولئك الذين يظنون أن لا قدرة لهم على الإبداع مع أنهم يمتلكون مقوماته، بيد أن الإيحاءات المتسربة إليهم من وعيهم الباطن أقنعتهم بأن بينهم وبين الإبداع مسافات شاسعة.

من يسر في الحياة كالسائر في نومه يجب أن يوقظ نفسه مؤكداً لذاته:

"إنني أملك أعظم المواهب البشرية، ألا وهي روح الإبداع."

كل إنسان يمتلك شرارة من المقدرة وروح المبادرة، بها يستطيع أن يبدع شيئاً بكيفية مميزة. ومع ذلك فتأثير البيئة يشبه التنويم المغناطيسي ويمكن للوعي البشري المحدود أن ينخدع بسهولة إن لم يكن الشخص متيقظاً ومتحصناً إزاء المؤثرات البيئية السلبية.

من يقل لنفسه: "إن كل الطرق مطروقة ومكتظة فما فائدة المحاولة؟" يسمح لنفسه بالوقوع تحت تأثير التنويم

المغناطيسي لوعي دنيوي مثبط للعزيمة، وهذا يعلل عدم نجاح الكثيرين في كافة نواحي الحياة بسبب فقدانهم لروح الإبداع.

على الإنسان أن يتكيف مع تجارب الحياة بحسب ما يمليه عليه ضميره وما يوحيه إليه قلبه، وألا يتصرف دون روية.

من يمتلك في قرارة نفسه إيماناً قوياً، سيزيده الله إيماناً وقوة وعزيمة لتحقيق ما يصبو إليه في الحياة.

لقد امتلكتُ ثقة راسخة بالله وإيماناً وطيداً بعونه فأنعم عليّ بقوة روحية مباركة.. قوة الإرادة التي لا تقهر والتي خلقت دوماً لي الفرص وفتحت في وجهي الأبواب ومهدت أمامي سبلاً لا حصر لها بفضله تعالى.

السعادة الحقيقة والدائمة تكمن فقط في الله.

والمعرفة الإلهية هي كنز من عثر عليه لا يرغب بشيء عداه.

في الله لا في سواه يوجد أمن.. وهو الملاذ الوحيد والمَنجى من كل المخاوف والهموم.

وبخلاف ذلك لا يوجد أمان حقيقي في هذا العالم.

ولأجل ذلك يتعين بذل قصارى الجهد للتعرف عليه والتواصل معه في الصباح والليل وفي كل ما نقوم به من أعمال وما ننجزه من واجبات.

حيثما وُجد الله لا وجود للخوف والأحزان..

والعارفون به لا تصدّعهم الأحداث الدنيوية ولا تهزهم النوائب على اختلافها، لأنهم آمنون مطمئنون لوجود الله معهم وحمايته لهم.

مناجـــــــــاة

يا رب

مع أن نور محبتك تكسفه أحياناً شرور العالم

لكننا نعمل جاهدين على إظهار نورك

علّ فيض إشعاعك المبارك

يتوهج وسط الظلمة ويبددها تبديدا.

أشعرُ بقوتك المجيدة تتخلل كياني

وبعونك وبركاتك يمكن لمحبي الخير

التغلب على شرور العالم.

ويبقى حبك هو القوة الأعظم
التي يتعين ترسيخها في النفوس والقلوب
للقضاء على الحروب
والإضطرابات والقلاقل.
أشعرُ بآلام الإنسانية
وأريد أن أبذل ما بوسعي لتخفيف معاناة البشر.
باركنا يا رب كي نرفع مشاعل حبك ونورك
أنى توجهنا وحيثما حللنا.
أريد أن أكون مع الذين يحبونك
وأريد أن أتلذذ بسماع إسمك الأقدس.
إنك الحب الأول والأخير في قلبي.
بارك الجميع كي يشعروا بحبك ومجدك
علنا نهجر الطموحات العقيمة والأحلام الخيالية
ونمتلئ بحبك العجيب.
أريد أن أحدّث الآخرين عن حبك وعن روائعك.
اغرس في نفوسنا الإدراك المتواصل لمحبتك
والرغبة الملحة لملامسة حضورك الرباني
ودعنا نهجر كل ما يصدنا ويبعدنا عنك.
أنت وحدك الدائم الباقي والحق المطلق
ولا وجود لحياة بدونك.
حرر الجميع مثلما حررتني
وإنني لأشكرك من أعماق روحي
لمنحي هذه الغبطة المباركة
التي تلازمني ليل نهار.
النشاط الهادئ والهدوء النشط

يجب أن لا يصرف الإنسان وقته في تحصيل المال وحسب، بل أيضاً في التمارين الرياضية والقراءة والتأمل وحب الله والتصرف بكيفية هادئة وخالية من الإضطراب.

يجب أن نتعلم كيف نكون نشيطين بهدوء وهادئين بنشاط، وأن نشحن أعمالنا اليومية بتلك السكينة المتحصلة من التفكير بالله واستبطان الذات.

ويجب أن ننجز أعمالنا حباً بالواجب، وأن نتقبل النتائج باتزان عقلي، دون أن يستخفنا النجاح أو يصيبنا الفشل بالإحباط.

نسألك يا رب أن تساعدنا على العيش بسلام في عالم يكون فيه حقك رائدنا وقائدنا ومرشدنا كي نحيا بمحبة أخوية وكي ننمي أجسامنا وعقولنا ونفوسنا على نحو متوازن، لعل سلامك السماوي يظهر من خلال حياتنا ونشاطاتنا اليومية.

باركنا بالصحة والكفاءة والفعالية والحكمة علنا نلهم إخوتنا البشر كي يبرزوا طبائعهم الراقية ومزاياهم النبيلة.

ولتشرق أنوار محبتك على محراب أشواقنا لك

ولنمتلك المقدرة على إيقاظ حبك في كل القلوب.

* * *

استفسر أحد المريدين عن أنسب طريقة لإحراز السلام الداخلي، فقال المعلم:

اعمل على تهدئة الأفكار القلقة المندفعة نحو الخارج ووجّه الفكر إلى الداخل.

واعمل على مناغمة أفكارك ورغباتك مع الحقائق الكافية الوافية الموجودة أصلاً في داخلك.

وعندها ستلمس انسجاماً عذباً يتخلل كيانك ويغمر حياتك وكل الطبيعة.

إن وافقت آمالك وتوقعاتك مع هذا الإنسجام الفطري، ستسير بيسر وسلاسة على دروب الحياة وسترتفع على أجنحة السلام.

وفي هذا يكمن عمق وجمال حياة الروح.

* * *

في بعض الأحيان تكون الأفكار أكثر فعالية من الكلام.

العقل البشري هو أقوى جهاز إرسال واستقبال على الإطلاق.

فإن قمتَ على نحو متواصل ببث الأفكار الإيجابية وشحنها بطاقة المحبة، ستترك تلك الأفكار أثراً طيباً على الآخرين.

وبالمثل، إن أطلقتَ أفكاراً مشحونة بالحسد أو الكراهية، فإن الآخرين سيستقبلون تلك الأفكار ويردون عليها بأفكار مماثلة.

أطلب من الله كي يدعم جهودك بقوته وبركاته.

على سبيل المثال، إن كان الزوج ينحرف عن المسار السوي، فيجب أن تطلب الزوجة من الله كي يساعد زوجها ويبعد مشاعر الغيرة والإستياء عن قلبها، وأن يجعل زوجها يدرك خطأه ويعود إلى جادة الصواب."

إن كان الدعاء صادقاً والنوايا سليمة سيحصل التغير المطلوب بعونه تعالى.

* * *

كثيراً ما استخدمت قوة الإرادة للقضاء على عادة كانت تحاول الإستحواذ عليّ.

فعندما كنت أتناول بعض أصناف الطعام ووجدت نفسي مقيداً بالرغبة في تلك الأصناف، امتنعت عن تلك الأطعمة إلى أن تلاشت الرغبة فيها.

عندما ذهبت إلى سنغافورة وجدت هناك ثمرة شهية المذاق، ولكنني راقبت نفسي كي لا أخلق اشتهاءً لها، إذ أدركت أنه ما لم أنتبه وأراعي الحيطة سأجد نفسي راغباً بها صباحاً وظهراً ومساءً، وعلى هذا النحو نقيد ذواتنا.

ومع أنني تمتعت تماماً بالفاكهة ذلك النهار لكنني لم أفتقدها ولم أأسف لعدم وجودها في اليوم التالي.

إذا راقبنا الأشياء التي نستمتع بها فلا خوف علينا. يجب أن نحتفظ بحريتنا فوق أي اعتبار.

إن قلت أنني لن أفعل شيئاً معيناً يكون القرار مبرماً لا رجعة فيه. أليست تلك حرية؟

ما أروع أن نتصرف لا بدافع العادة ولا استجابة لاستمالة الآخرين لنا، بل لأن الحكمة توحي بذلك!

عندما تقنعنا الحكمة بعمل شيء ما فيجب أن لا يصدنا شيء عن عمله، شرط أن نكون موجهين بالحكمة.

بالإمكان ترسيخ العادة النافعة بقوة الإرادة وبالحكمة. لي المقدرة على تحبيذ كل ما توحي به الحكمة.

الأنماط أو النماذج الأصلية لمعظم البشر أصبحت ثابتة بحيث يتعذر عليهم تغييرها، لكن الذين يحتفظون بأفكارهم مرنة بالتهذيب وضبط النفس يمكنهم أن يتغيروا بسهولة نحو الأفضل.

يجب أن يكون العقل مرناً كالمعجون. الحكمة تمنح تلك المرونة، وتلك هي الحرية التي أريد الآخرين أن يتمتعوا بها.

عندما يتحرر الإنسان من عبودية العادة سيجد أنه ما من سعادة أعظم من التصرف على ضوء حرية الإختيار والقناعة الذاتية.

يجب أن لا يسمح الإنسان للظروف بأن تكيل له اللكمات واللطمات وتنتصر عليه، بل يجب أن يبذل قصارى جهده للتغلب على الظروف.

من يمتلك إرادة قوية سيقهر كل الصعوبات بعونه تعالى.

* * *

لكل فعل مادي نظيرٌ عقلي.

إننا نستخدم قوتنا الجسدية للقيام بأفعال معينة، لكن الفعل له مصدر في الفكر، ويتم توجيهه بموجّه عقلي.

السرقة شر؛ لكن الشر الأعظم هو فعل السرقة العقلي الذي يمهد الطريق للسرقة المادية، لأن العقل هو المدبر الحقيقي.

فأي فعل خاطئ يرغب الشخص بتجنبه يتعين طرده أولاً من الفكر.

إن ركّزت فقط على الفعل المادي فمن الصعب جداً إحراز السيطرة.

يجب التركيز على العقل وتصحيح الأفكار المغلوطة، وعندئذ سيتم تلقائياً وبسلاسة التعامل بنجاح مع الفعل.

* * *

عندما تحس بالسلام
في كل حركة
من حركات جسمك
وتحس بالسلام في تفكيرك
وفي إرادتك
وفي حبك
وتشعر بالسلام
وبالحضور الإلهي
في طموحاتك

فتذكر أنك..
قد وصلت حياتك بالله
الإطراء والنقد والتملق

قد يكون الإطراء حسناً عندما يشجع شخصاً على القيام بعمل طيب، لكنه خبيث عندما يتم استخدامه لإخفاء جروح روحية، مما يؤدي إلى تقيحها وبالتالي تسميمها للنفس بداء الجهل.

معظم الناس يحبون التملق، مثلما يستمتع كثيرون بتناول العسل دون أن يدركوا أن بعضه قد يكون مسموماً.

وبالإضافة إلى كلمات الإطراء من الآخرين فإن أفكارنا غالباً ما تبرر عيوبنا الضارة وتخفي خرّاجات سيكولوجية كبيرة قد تنفجر وتسمم حياة المرء الروحية بكاملها.

وهكذا فإن تملق الغير لنا وهمسات أفكارنا المريحة تستعذبها حاسة السمع فتقع حكمتنا أسيرة في أيدى كلمات التزلف المسمومة.

هناك كثيرون ممن يضيّعون طوعاً واختياراً المال والوقت والصحة وحتى الأخلاق جراء كلمات مخادعة من أصدقاء مزيفين.

وهناك نفوس كثيرة تحطمت بسبب عدم إصغائها لنصائح حكيمة وباستسلامها لإغراء الكلام المعسول الذي ينطوي على مكر وخبث.

إن العيش في الجحيم مع حكيم صريح لا يعرف المداجاة لأفضل من العيش في الجنة مع عشرة أشخاص معسولي اللسان سيئي القصد. فالمتزلفون يحولون النعيم إلى جحيم في حين يبدّل الأصدقاء الطيبون المخلصون الجحيم إلى نعيم.

يجب أن نتكلم الصدق دوماً، وفي نفس الوقت يجب أن نتحاشى جرح الاخرين بكلام قد يكون صحيحاً إنما ينطوي على قساوة ولا يفضي إلى نتيجة إيجابية.

على سبيل المثال، إن خاطبت رجلاً أعمى بالقول "أنت يا أعمى" فقد يكون قولك صحيحاً لكن هذا النوع من الخطاب غير مستحب ويتسبب بإيذاء المشاعر، ولذلك ينبغي تجنب مثل هذا الأسلوب الجارح.

ليس مستحباً توجيه النقد لشخص لا يرغب في النقد، لكن من المفيد الإصغاء للنقد اللطيف، ورائع أن نتحمل النقد الخشن إنما الصائب بابتسامة وتقدير ودي.

كان لأحد الحكماء صديق شديد الإنتقاد له، وكان مريدو الحكيم يتضايقون من ذلك الإنتقاد. وذات يوم جاء أحد التلامذة إلى معلمه مبتهجاً وقال له: "إبشر يا معلم، فعدوك متصيد الأخطاء قد مات."

فأجهش الحكيم بالبكاء وقال: "يا لخسارتي الكبرى، لقد مات أفضل ناقد روحي لي، وأشعر أن قلبي قد تحطم."

معظم الناس لا يرغبون بالنقد الحصيف البناء ويحبذون بدلاً من ذلك تضحية كل شيء في سبيل التملق ويعرضون عن كلام الحكماء الصريح واستشرافهم الدقيق للأمور.

يجب أن يسأل الإنسان نفسه بين الحين والآخر:

"هل خدعت بالكلام العذب وسمحت لأيدي الإطراء المغرض بتقييد حكمتي وعصب عيني بصيرتي؟!"

حكاية الولي وشبح الجدري

بينما كان أحد أولياء الله الصالحين يتأمل في ساعة متأخرة من الليل تراءى له شبح مرض الجدري المرعب داخلاً القرية حيث كان يعيش، فصاح به:

"قف مكانك أيها الشبح، وعد من حيث أتيت، فلا ينبغي لك أن تؤذي سكان البلدة التي أتعبد فيها لله."

أجاب الشبح: "لن آخذ سوى ثلاثة أشخاص لا غير وفقاً لقانون الكارما وتأدية لواجبي الكوني."

فقبل الولي التعليل على مضض.

في اليوم التالي توفي ثلاثة أشخاص بالجدري، وفي اليوم الثالث مات عدة أشخاص غيرهم، وكل يوم بعد ذلك كان بعض القرويين يسقطون فريسة المرض المخيف.

وإذ ظن الولي أنه وقع ضحية خديعة كبيرة، فقد تأمل بعمق واستدعى الشبح. وعندما حضر زجره الولي قائلاً:

"لقد خدعتني يا شبح ولم تتكلم الصدق عندما قلت لي بأنك ستأخذ ثلاثة أشخاص فقط."

فأجاب الشبح: " قسماً بالروح الأعظم أنني تكلمت الحقيقة."

فقال الولي: "وعدتني بأن تأخذ ثلاثة أشخاص لكن المرض حصد عشرات الأرواح."

فأجاب الشبح: "يا ولي الله، أخذت ثلاثة فقط، أما الباقون فقد ماتوا من الخوف."

اعلموا أيها الأصدقاء – زادكم الله علماً – أن الخوف يخلق اهتزازاً سلبياً في داخل الإنسان فيطوقه بصورة أو بأخرى، ويلفه بحبال غير منظورة يصعب التخلص منها، ويجعله أكثر عرضة لاستقبال كل ما هو سلبي في الآخرين من حوله فيصبح محاطاً بأمواج غير صحية.

في مثل هذه الحالة يجلب لنفسه المرض والإحباط وفقدان الأمل والشكوك والمعاناة والأحزان، بل وربما الموت أيضاً.

الإرادة: المنشّط الكوني

إن كل حركة في الجسد تعني حركة الإرادة.

وعن طريق جهاز الإرادة تبعث الطاقة برسائل لاسلكية إلى الجسد باستخدام الحاشدة المخزونة في الدماغ والطاقة الكونية الذكية المحيطة بالجسد.

عندما تكون مرهقاً تستطيع تزويد الجسد بالنشاط بتناول الطعام أو استنشاق الأوكسجين أو شرب الماء أو سوائل أخرى.

لكن عندما تشد ذراعيك وجسدك قصد رفع وزن ثقيل فإنك تجلب الطاقة إلى جسدك عن طريق قوة الإرادة غير المنظورة.

وعندما تشد الجسد بالتركيز الإرادي (حتى يهتز دون إجهاد) تلامس طاقة الله الكونية الموهوبة بالذكاء.

هذه هي الطريقة التي بها نستطيع استحداث طاقة أو نشاط في الجسم، ليس من مصادر مادية خارج الجسد بل من المصدر الإلهي المحتجب والكائن داخل وخارج الجسد معاً.

ولامتلاك المقدرة على النفاذ إلى الطاقة الكونية والإستفادة منها، يتعين أولاً العثور على الحلقة المفقودة بين الوعي والمادة.. بين الجسد والروح، وتلك الحلقة يمكن العثور عليها بالتركيز والتأمل وإدراك الطبيعة الحقة للذات وصلتها بالوعي الإلهي.

الحياة قافلة

كثيرون ممن كانوا معنا العام الماضي ليسوا معنا الآن، ومن يدري من سيكون هنا العام القادم؟

تلك هي الحياة، وما زالت مسيرتها مستمرة. إنها قافلة نسير بركبها لفترة قصيرة.

بعض رفاقنا سقطوا في حفرة الضياع، ولكن عندما تضنيهم الآلام التي يعانونها سيشرعون في البحث عن هداية وإرشاد رب القافلة الذي هو سيد هذه الأرض أيضاً: الله سبحانه وتعالى.

ومع أننا نفترق في هذه القافلة، والغموض يكتنف البداية والنهاية، لا زال للحياة معنى عميق: تذكيرنا بأهمية البحث الجاد عن الله.

كما يمكن تشبيه هذا العالم أيضاً بمسرحية:

"هذي الحياةُ روايةٌ لمشخّصٍ .. فالليلُ سترٌ والنهارُ الملعبُ"

الممثلون لا يأتون من العدم. هناك مسرح خلفي، وبعد انتهاء أدوارهم لا يكف الممثلون عن الحياة، بل يتوارون وراء ستارة الأثير طلباً للراحة.

إننا هنا امتثالاً لخطة مدير المسرح الإلهي كي نقوم بأدوارنا لفترة ما على مسرح الحياة هذا ثم نغادر المشهد.

إننا لا نموت بالمعنى التقليدي للموت، بل نتوارى خلف ستارة الزمن، طبقاً لتوجيه مدير المسرح الكوني.

ولسوف نظهر على مسرح الحياة هذا المرة تلو الأخرى إلى أن نتقن الأداء ونقوم بلعب أدوارنا على نحو سليم وفقاً للإرادة الإلهية.

عندما نحسن الأداء ونمتثل لإرادة المدير والمدبّر الأعظم دون أن نفقد الشجاعة أو نتدخل في تفاصيل الخطة الإلهية المرسومة، لن نحتاج بعدها لتكرار المحاولة بل نصبح أعمدة خالدة في هيكل الوجود الأبدي.. مقيمين دائمين في مملكة السماء.

{خالدين فيها أبداً}

{من يغلب فسأجعله عموداً في هيكل إلهي ولا يعود يخرج إلى خارج}

* * *

في البداية كنت متردداً في أن أصبح معلماً، فالمقتضيات والمتضمنات هائلة ومفزعة، إذ يتوجب على المعلم أن يكون ممتصاً للصدمات، وفي اللحظة التي يصبح بها مضطرباً مشوشاً لا يستطيع مساعدة الذين يطلبون معونته.

المعلم الحقيقي يجب أن يحب الجميع وعليه أن يتفهم البشرية وأن يعرف الله.

عندما أخبرني معلمي (سري يوكتسوار) بأن دوري في هذه الحياة هو دور المعلم الروحي استنجدت بقوة الله اللانهائية كي تعضدني.

وعندما شرعت بإلقاء المحاضرات عقدت النية على أنني سأتكلم لا من معرفة الكتب المستقاة من الدراسة النظرية بل من الوحي الداخلي، مدركاً تمام الإدراك أن القدرة الخلاقة التي لا تجف ينابيعها ولا ينضب معينها كامنة خلف كل أقوالي.

ولقد استخدمت تلك القوة في مجالات أخرى أيضاً لمساعدة الآخرين في أعمالهم وفي طرق عديدة مختلفة.

لقد استخدمت العقل البشري لأبرز الخلود.

لم أقل: "افعل ذلك من أجلي يا رب" بل قلت: "أريد أن أفعل ذلك يا رب، وأسألك أن توجهني وتلهمني وتأخذ بيدي."

بإمكان المرء أن يفعل أشياء صغيرة بكيفية استثنائية فريدة.

وأن يكون الأفضل في مجال عمله، وأن لا يسمح لحياته بأن تسير سيراً اعتيادياً.

وأن ينجز شيئاً مفيداً لم يسبقه إليه أحد.. شيئاً يبهر العالم..

وأن يبرهن على أن العنصر الإلهي المبدع الخلاق يعمل به ومن خلاله.

يجب امتلاك العزم والتصميم الراسخ الوطيد للسير على دروب الحياة دون السماح لأفكار الفشل وأخطاء الماضي بأن تقف عثرة في الطريق.

قد تكون الحياة مظلمة، وقد تأتي المصاعب وتضيع الفرص دون اغتنامها، ولكن يجب أن لا يقول المريد لنفسه "لقد هجرني الله وانتهى أمري."

من يستطيع تقديم أي مساعدة لشخص كهذا؟

أسرة المرء قد تنبذه، والحظ السعيد قد يهجره – بحسب تصوره – والقوى البشرية والطبيعية قد تتحالف ضده، ولكن بوسعه، بفضل الله وروح الإبداع الكامنة في داخله أن يصد كل الهجمات المعاكسة وأن يسير مظفراً إلى فردوس الإنجاز الفعلي.

وحتى لو هُزمت مائة مرة، أعقد العزم من جديد على أنك ستقهر الصعاب وتظفر بإكليل المجد.

الخيبة لا تدوم للأبد، والإحباط هو امتحان وقتي.

يريدنا الله أن نكون منتصرين في الحياة وأن نظهر القوة الكلية الكامنة بنا، بحيث نستطيع أداء دورنا السامي بنجاح على مسرح الحياة.

في الجحيم مع حكيم

في قديم الزمان عاش زاهد متنسك على ضفاف نهر مبارك، وقد صرف سنوات طويلة من عمره في التأمل العميق لكن للأسف لم تكن جهوده مثمرة ولم يفرح بجني محصول وافر من السلام بالرغم من مجهوده في البحث والتنقيب عن أسرار الحياة ومنابع الغبطة.

ومع أن صاحبنا كان محاطاً طوال الوقت بجو سماوي من حيث المناظر الخلابة والنفوس الطيبة والكتب القيّمة وحلقات الذكر المباركة، ظل عقله مع ذلك يفكر بأنسب الطرق لتشليح الناس وإلحاق الأذية بهم.

ذلك التفكير كان خارجاً عن إرادته وعلى ما يبدو كان ناجماً عن أسباب كارمية موغلة في القِدم. وكلما كان يحاول طرد تلك الأفكار غير المرحب بها كانت تقتحم عقله بقوة أكبر فتعكر سلامه وتحرمه راحة البال.

أخيراً وعد نفسه قائلا: "سأواصل الدعاء والإبتهال ولن أتوقف حتى أتحرر من هذه الأفكار المقلقة التي تطعن خاصرة سلامي أثناء تأملي."

مرت ساعة، ثم ساعتان والأفكار الشريرة تتوارد على ذهنه كالإعصار فتضرب هيكل تأمله وتهزه هزاً عنيفاً.

أخيراً وبعد انقضاء ثلاث ساعات من المحاولة المضنية، تلاشت الأفكار المزعجة فجأة من عقله وبدلاً منها أبصر في رؤية جميلة ولياً من أولياء الله واقفاً بلحمه ودمه أمامه.

لم يبدُ الولي المتألق حياً وحسب بل نطق بعبارات غاية في الرقة قائلاً:

"يا بني، في تجسدك السابق كنت لصاً محترفاً لا هم لك سوى الإيقاع بالآخرين وسلبهم ممتلكاتهم. إنما قبل وفاتك بقليل استفاق ضميرك فعقدت العزم على التصحيح وعاهدت نفسك على أنك ستغير مسلكك المشين وتتبع مسار الخير. لهذا السبب ولدتَ في هذه الحياة بتصميم روحي قوي لأن تكون إنساناً صالحاً ولكن مع ذلك جلبت معك أيضاً أفكاراً سيئة كانت محور حياتك في تجسدك السابق.

"ومن المؤسف يا بني أنك تعيش في هذه الأجواء المباركة وحولك أصدقاء طيبون وحلقات ذكر وتأملات ومع كل ذلك تعيش في جحيم من القلق النفسي والأفكار المتلاطمة الهدامة."

بعد برهة من الصمت واصل الولي حديثه:

"لذلك، ووفقاً للقانون الكوني، ولأنك لم تبذل قصارى جهدك للإستفادة من الفرص الروحية المتاحة لك في هذا التجسد فإنك ما لم تضاعف جهودك التأملية الآن سيتحتم عليك عند الموت أن تختار بين أمرين إثنين:

إما العيش في الجنة مع عشرة حمقى أو العيش في الجحيم مع حكيم واحد، فأيهما تفضل؟"

فأجاب المريد دون تردد:

"يا ولي الله، أحبذ العيش في الجحيم مع حكيم واحد لأنني أعلم من تجربتي الذاتية أن عَشرة حمقى يصنعون من النعيم جهنماً، في حين أؤمن في قرارة نفسي وأعلم علم اليقين أنني إن كنت مع حكيم واحد، حتى في قاع العالم السفلي سيساعدني على تحويل الجحيم إلى جنات النعيم."

حرية النزوة

كثيرون يشعرون أنه يتوجب عليهم تناول ثلاث وجبات من اللحم يومياً، وآخرون مقتنعون أنه لا ينبغي لهم تناول سوى

الخضروات والمكسرات وأنهم سيمرضون فيما إذا نوّعوا غذاءهم قليلاً!

مثل تلك الاعتقادات هي ضرب من الاستعباد. يجب على الشخص أن لا يسمح لأي من عادات الحياة بتقييده، وأن يمتلك بدلاً من ذلك المقدرة على تغيير عاداته طبقاً لما توحيه الحكمة ويمليه الصواب.

يجب أن نتعلم العيش باستقامة، مستخدمين قوة الاختيار الحر المدفوع والموجّه بالمعرفة الرشيدة.

وينبغي أن يتمكن الشخص من النوم على فراشٍ وثير ليلةً، وعلى الأرض ليلة أخرى.. بنفس الراحة.

ذلك الإفلات الرائع من قيود العادة هو التحرر الذي ينادي به الحكماء.

هناك من يعتقد أن الحرية هي عمل كل ما يحلو للإنسان عمله، وهذا ما أدعوه حرية النزوة والهوى.

وبسبب فكرة مغلوطة عن الطبيعة الحقيقية للحرية فإن بعض الآباء والأمهات يجعلون من أبنائهم عبيد عاداتٍ بالإنصياع لرغائبهم دون تمييز.

وعلى هذا الأساس يشب الطفل محتسباً أنه ما دامت رغائبه محققة يبقى سعيداً وأن الغاية من الحياة هي إشباع الرغبات.

لكنه يدرك فيما بعد أنه قد خُدع. فالعالم خارج المنزل يختلف كلياً عما رآه وتعوّده داخل البيت.

ليس من السهل إشباع كل نزوة في الحياة! فالآخرون قد يدفعونه جانباً في تزاحمهم المحموم للحصول على مبتغاهم، وهو بدوره أيضاً يصبح متحجراً، قاسي القلب من أجل تحقيق أهوائه ونيل مشتهاه، معتقداً أن تحقيق الرغبات الجسدية هو الهدف الأسمى للإنسان، مستيقناً أن هذا العالم هو الكل في الكل.

يتعين على أولياء الأمر تسليح أبنائهم بإرادة قوية وتمييز حصيف كي يتمكنوا من شق طريقهم في العالم دون أن يتأثروا بعاداته السيئة.

* * *

نحمد الله ونشكره على هبة كل سنة جديدة وما تحمله لنا من آمال ووعود بالتحقيق.

لا توجد قوة أعظم من الإبتهال الوجداني الخالص والعميق للتواصل مع الله، ولإحداث تغيرات رائعة في حياة الأفراد وفي الظروف العالمية، ولتحقيق السلام والإخاء الإنساني.

نتمنى على الله أن تتحول الدعوات الفردية الصادقة والمدركات السامية والمعارف المتنامية إلى قوة روحية مباركة تحدث تغييراً فعلياً على أرض الواقع.

باركنا يا رب كي نستهدي بنورك ونضيء مصابيح تنويرية على الدروب، وكي نوقظ حبك في قلوبنا وقلوب الآخرين وأن نحمل مشاعل من النور الحي ونوظف ملكاتنا فيما يرضيك وينفع الناس.

وساعدنا كي نجعل من أنفسنا قنوات سالكة تنساب من خلالها طاقتك الكونية ونورك الهادي لمساعدة الآخرين وتخفيف الشقاء والمعاناة عن كاهلهم، إذ بفضلك نمتلك القوة لمساعدة البشرية وأنفسنا.

باركنا كي نتعاطف مع المتألمين

ونبث الأفكار والإرادات الطيبة في ربوع هذا العالم

علّ السلام والإخاء يصبحان تجربة معاشة

من أقوال المعلم برمهنسا يوغانندا

الناس يتذمرون من فكرة التخلي عن أمور معينة في الحياة مع أنهم في الواقع يتخلون عن أشياء كثيرة ذات قيمة ليس أقلها طمأنينة النفس، بل ويضحون أحياناً بأنفسهم من أجل المال الذي هو عرضة للتلف والزوال.

سلّموا أنفسكم لله وستجدون أن حياتكم أصبحت شبيهة بلحن إيقاعي جميل.

حولوا انتباهكم نحو الداخل من هذا العالم إلى مملكة الله ذات الاتساع العظيم الموجودة في داخلكم.

في سفينة السكون يمكنكم الإبحار إلى تلك الدنيا التي ما وراء أحلامنا حيث الينبوع الإلهي يتدفق دون انقطاع من أعماق القلب والروح.

ساعدني يا رب كي أقوم بأداء دوري في مسرحية الحياة بما يرضيك.. سواء كنت ضعيفاً أو قوياً، مريضاً أو معافىً. مشهوراً أو مغموراً، غنياً أو فقيراً.. مدركاً بأنك تحبني ولن تتخلى عني أبداً.

الثروة قد تؤخذ من الإنسان أو يؤخذ منها بمفارقة العالم ولا يستطيع أن يأخذها معه. القيمة الوحيدة تكمن في صرفها في الأعمال النافعة وفي إسعاد النفس والآخرين بما يرضي الله والضمير.

إن الذين لا يفكرون إلا بأمنهم وراحتهم ناسين أو متناسين احتياجات الآخرين هم في الواقع يغازلون الفاقة التي ستكون من نصيبهم يوماً ما. والذين يتشبثون بثروتهم بدلاً من استخدامها في أعمال الخير لا يجلبون إلى أنفسهم البحبوحة في حياتهم القادمة بل يولدون فقراء، برغبات ومشتهيات الأغنياء. أما الذين يشاركون الآخرين فيما لديهم من بحبوحة ورخاء يجذبون لأنفسهم الخير والوفرة أينما ذهبوا.

عندما تعطي المستحقين عن طيب خاطر ستجد أن الله معك دوماً ولن يتركك أبداً ولن تحتاج شيئاً... يجب ألا ننسى أن حياتنا تـُعال مباشرة من الله وعندما ندرك أن عقولنا وإراداتنا وأنشطتنا كلها تعتمد على الله وتستمد قواها منه سنحصل عندئذ على الإرشاد المباشر منه وسندرك أن حياتنا واحدة مع حياته اللانهائية.

التأمل يعطي البرهان على وجود الله. فحالما تُزيل تموجات الإحساسات من بحيرة العقل تنبثق الغبطة الإلهية من

النفس. تلك الغبطة موجودة أصلاً في النفس لكنها مستترة بحجب.

يا رب سأستخدم قوة إرادتي وفكري لإنجاز الأشياء الصغيرة أولاً وبعدها أتحول إلى إنجازات أكبر.

حتى ولو تحققت كل الطموحات المادية فإنها لا تمنح مع ذلك سوى سعادة منقوصة. وبالعثور على الله سأكتشف خزانات الغبطة التي لا تنضب ولا تكف عن التدفق والجريان في بساتين الروح ومروجها الدائمة الخضرة

البيت: ميدان النصر الأعظم

إن صرَفَ الإنسان حياته في إثارة تلو الإثارة فلن يعرف طعم السعادة الحقيقية. يجب العيش ببساطة والتعامل مع الحياة براحة.. ومن المستحسن أن يختلي الشخص بنفسه ويقف مع ذاته بين الحين والآخر ويمارس السكينة النفسية التي فيها شفاء وانتعاش وتجديد للقوى.

إن كانت المشتتات حاضرة طوال الوقت ومنبهات أخرى تحاصر الحواس كل حين فستعاني الأعصاب نتيجة لذلك وتـُصرف كميات كبيرة من الطاقة الحيوية في اللاشيء، وستشعر النفس بالتوتر والضيق. كما ينبغي عدم الإهتمام الزائد بإصلاح الآخرين بل يجب على الإنسان أن يقوّم نفسه قبل محاولته تقويم الغير.

وليكن معلوماً أن البيت هو ميدان النصر الأعظم. فالشخص الذي هو ملاك في بيته سيكون ملاكاً في أي مكان.

إن عذوبة الصوت، والسلام الذي يوحي به السلوك النبيل تمس لهما الحاجة في البيت أكثر من أي مكان آخر.

مثلما يستحيل بقاء الظلمة حيثما يسطع النور، هكذا يجب أن تتلاشى ظلمة المرض عندما يشع نور الله في خلايا الجسم، وقلائل هم الذين يدركون هذه الحقيقة.

عندما يشعر الناس برغبة قوية في الشفاء، يبتهلون بقلوب متقلقلة أو بشعور من اليأس، محتسبين أن الله لن يصغي لصلواتهم. أو أنهم يدْعون لكن لا ينتظرون ليعرفوا ما إذا كان دعاؤهم قد وصل إلى الله.

مثلما لا يمكن الإستماع إلى الموسيقى المبثوثة في الأثير باستخدام جهاز استقبال معطل، هكذا لا يمكن التقاط اهتزازات الصحة والقوة والحكمة المنبثقة عن الله بجهاز نفسي معطل بالمخاوف والهموم وكل ضروب القلق والشكوك وعدم اليقين.

دعنا نتذكرك ونشكرك يا رب في الفاقة والرخاء، وفي المرض والشفاء، وفي الظلمة والنور، وفي كل الظروف. فلنتذكر بامتنان أيام العافية التي جدت بها علينا.. وساعدنا كي نفتح عيون الإيمان كي نبصر نورك المبارك الشافي من كل الأمراض والعلل.

أنا ربَّان سفينة تفكيري الخيِّر وإرادتي الطيبة ونشاطي النافع المثمر. سأوجّه دفة سفينة حياتي شاخصاً على الدوام إلى كوكب سلامه المتألق في سماء تأمُّلي العميق.

سأستخدم موهبة التفكير الخلاق كي أحرز النجاح في كل عمل أقوم به. الله سيساعدني إن حاولت أنا أيضاً مساعدة نفسي.

اليوم سأحرث حديقة الحياة بمجهود جديد وسأزرعها ببذور الحكمة والصحة والرضا والسعادة. سأسقي البذور بالإيمان والثقة بالنفس وسأنتظر العلي القدير كي يجود عليَّ بالمحصول العادل. أما إن لم أجنِ المحصول المنتظر فسأظلُّ مع ذلك شاكراً ممتناً لرضا الضمير في محاولتي بذل ما في وسعي.

سأحمد الله لأنني قادر على تكرار المحاولة إلى أنْ أحرز التوفيق بفضله تعالى. وسأشكره عندما أفلح في تحقيق أمنية قلبي الكبيرة. سأحاول أن أفعل فقط الأعمال النبيلة اللائقة محبة بمرضاة الله.

العالم يضج ويعج بالعواصف الطبيعية والبشرية، والله هو الدرع الحصين والملاذ الآمن من عواصف هذا العالم وأعاصيره وشروره. فحيثما وُجد الله لا وجود للخوف أو الأحزان. والمؤمن الحق يقف راسخاً وشامخاً في معركة الحياة ومصطرع الأحداث، موقناً أن الله معه يرد عنه الأذى ولا يتخلى عنه لحظة واحدة، فينعدم الخوف من قلبه ويحل اليقين بحماية لا تُقحم.

عدم الخوف يعني الإيمان بالله وبحمايته، والإيمان بعدله وحكمته ورحمته وحبه وحضوره الكلي.

الخوف يسلب الإنسان قواه النفسية ويشوش على العقل ويعيق ويعرقل وظائف القلب التوافقية. كما أن الخوف يخلق اضطرابات جسدية ويتسبب بأمراض نفسية. وبدلاً من الإستكانة للقلق والحصر النفسي يجب أن يؤكد الشخص لذاته بأنه آمن في حمى الله البصير السميع، مطمئن في حصنه المنيع، مشمول برحمته ورعايته.

وسواء كان الشخص في أدغال أفريقيا أو في ساحة الحرب أو يعاني من المرض أو الفقر يجب أن يقنع نفسه بأن يد الله أقوى من الخطر وقادرة على حماية المستجيرين به. لا توجد من طريقة أكثر فعالية للحماية. طبعاً يجب أن يستخدم المرء المنطق في تعامله مع الأحداث وفي نفس الوقت يثق ثقة تامة بالعون الإلهي. والإيمان لا يعني أبداً أن يكون الإنسان متهوراً ولا يتعامل بحكمة مع الظروف، إنما بغض النظر عما يحدث يجب أن يؤكد الشخص لذاته أن الله وحده قادر على مساعدته في الظروف الصعبة والعصيبة إن هو توجه إليه بقلبه وروحه وأحاسيسه جميعاً.

عندما تنهال المصاعب كالتيهور أي الانهيار الثلجي، فيجب عدم السماح لها بأن تشل الإرادة وتحجب الرؤية الدقيقة للأمور والتعامل معها بحنكة ومنطق، بل يجب الإحتفاظ بالإيمان بالله وبالإحساس الباطني البديهي، ومحاولة العثور على مخرج للنجاة، وسيتم العثور عليه بعونه تعالى. وستنصلح الأمور في نهاية المطاف لأن قوى الله وعجائبه محتجبة خلف تناقضات الحياة البشرية، ومن لا يقتنع بحتمية الأوضاع ويحاول النفاذ بعقله وإيمانه إلى ما وراء الحجاب سيُفتح له الباب الذي بكل يدٍ مؤمنةٍ يُدقُ.

في الحياة ظلام دامس وأحياناً تتعثر الأقدام وتحجم عن الإقدام، ويجب أن نجعل نور الله مصباحنا الكشاف أثناء سيرنا على دروب الحياة المظلمة. الله هو بدر التمام في ليالي الجهل والظلام.. وهو شمس الإشراق في ساعات اليقظة، ومنارة الإرشاد ونجم القطب لعابري بحور ظلمات الوجود الأرضي الموقوت.

المشاكل ستتواصل في العالم، فإلى أين يمكن التوجه طلباً للإرشاد والهداية؟ أفكار المرء المستوحاة من عاداته وتحامله وأحكامه المسبقة وتعصبه لا تجدي نفعاً، ومؤثرات بيئته وعائلته وبلده أو عالمه لا قدرة لها على التوجيه الصحيح. ولذلك يجب التوجه إلى الله والإصغاء للصوت الهادئ الهادي الصادر من أعماق النفس المتناغمة مع الحق.

الفرق بين الإستذهان والإستبطان الروحي

إن برمجَ الإنسان نفسه بمعرفة نظرية سيصبح كجهاز تسجيل متنقل يكرر أقوالاً مأثورة ويردد عبارات سامية فيعتبره الآخرون عالماً متفقهاً. لكن مثل تلك المعرفة لا يعززها إدراك مباشر للحقيقة ولا يوازيها تحصيل روحي. هذا النوع من التثقف أو الاستذهان يُبقي "الأنا" مرتبطة بالعقل الحسي المقيد بدوره بالحواس المادية المحدودة. لا قدرة للمعرفة النظرية على اكتساب العلم الإلهي، ومن المستحسن ألا يصرف المرء وقته الثمين على نظريات لا يمكن تطبيقها على أرض الواقع وإلا سيجد نفسه في خضم أدغال فكرية كثيفة غير قادر على تخطي نطاق النظريات.

هذه العملية لن تفضي إلى معرفة الحقيقة لأن الحقيقة تكمن ما وراء الآراء والنظريات وكثيرون ممن ينتهجون هذا الأسلوب يصبحون مقيدين باستنتاجاتهم الذاتية.

إن استخدم الإنسان قواه العقلية لكسب المال والأمور المادية لا غير سينجذب وعيه إلى العالم المادي ويصبح مشتبكاً في تعقيدات لا نهاية لها. لذلك يقول الحكماء يجب على الإنسان ألا يكرّس كل قدراته العقلية التي وهبها له الله للبحث عن أمور زائلة وإلا سيفقد ذاته في متاهات المادة ويخلق لنفسه قيوداً ومحدوديات هو بغنى عنها، ويجب بدلاً من ذلك أن يستخدم قواه العقلية في تحصيل ضرورات العيش والسعي لتطوير ملكاته المعنوية بغية التمييز بين الخطأ والصواب والضار والنافع. وعندما ينمّي بصيرته الروحية سيتمكن من الإحساس بالله في داخله

والتيقن من الحقائق الروحية المتوارية خلف حجب المادة الكثيفة وهذه الحالة تدعى الإستبطان الروحي.

مهما كانت شواغلنا يجب أن يحتل الله المقام الأول في حياتنا. ومن أهم مقومات النمو الروحي هو الهمس الوجداني المتواصل لله حيث ستلمس بنفسك تغيّراً إيجابياً رائعاً سيعجبك كل الإعجاب.

عندما يرغب الشخص في رؤية عرض ما، أو شراء ثياب أو سيارة جديدة، أليس صحيحاً أن عقله يكون منهمكاً طوال الوقت بتلك الأمور وكيفية تحقيقها أو الحصول عليها؟ ولن يهدأ باله ما لم يحقق رغباته، بل يظل يعمل دون توقف لتحقيق تلك الرغبات.

وهكذا يجب أن ينهمك عقل الإنسان بالتفكير بالله وستتحول إذ ذاك كل الرغبات الصغيرة الأقل شأناً إلى رغبة قوية للإحساس بالله والتواصل معه

عندما يهمس الفكر لله همساً وجدانياً حاراً نابعاً من أعماق نفس مشتاقة

سيلامس نداء الروح القلبَ الكوني، وستأتي الإجابة ومعها فرح عظيم

الهمس الفكري ينمي الإرادة، إلى أن تمتلك من القوة ما يكفي لتحقيق الهدف المنشود

عندما يتناغم عقل الإنسان وإرادته مع الله، فإنهما يُشحنان بقوة لا حد لها، بحيث يصبح مجرد التفكير بأمر ما كفيلاً بتحقيقه، لأن القانون الإلهي يعمل لصالح المتناغمين مع الإرادة العليا

إن جميع الإنجازات البارزة في حياتي تحققت عن طريق قوة العقل المتناغم مع الله. فعندما يكون مولـّد الكهرباء الإلهي شغالاً يتحقق كل ما أتمناه دون استثناء، إذ يرتسم أولاً كتصميم أثيري غير منظور ثم يتجسد بقوة لا تقاوم على أرض الواقع.

سر النمو

إننا ننمو من خلال كل تجربة نمر بها ما دمنا ندرك أن بمقدورنا استخلاص دروس نافعة منها. فلكل ما نختبره من ألم ومعاناة معنىً وغاية.

وبالرغم من قسوة التجارب، لكنها كالنار التي تصهر خام الحديد لتحوله إلى فولاذ جميل المنظر، قوي التحمّل ومتعدد الإستخدامات، وفولاذ الحكمة الذي نستخرجه بفعل نيران التجارب الحارقة هو شيء رائع. فالحياة تطهرنا بتحويل معادننا الخسيسة إلى عناصر نفيسة بحيث يمكننا أن نعيش في هذه الحياة كنفوس نقية بنقاء الجواهر، صلبة بصلابة الفولاذ، وفي نفس الوقت مرنة وقابلة للإنحناء دون التعرض للإنقصام تحت ضغوطات المحن والتجارب الصعبة.

عندما نرى وجوهاً مشوهة بالغضب، ممسوخة بالوحشية يجعلنا منظرها نرغب بطرد البشاعة من النفس التي لا يدنسها شيء كنوايا الشر والأحقاد الدفينة التي تحجب الصورة الإلهية المباركة في الإنسان مثلما يلوث السخام صفحة المرآة. فتصرفات الآخرين المؤلمة يجب أن توقظ بنا الرغبة لتحسين تصرفنا وضبط أنفسنا كي نكون سادة لأهوائنا الجامحة لا عبيدا لها

الكلام العذب ترياق عجيب للعديد من الأمراض وفيه قوة سحرية ومغناطيسية جبارة تجلب الكثير من الخيرات والبركات لصاحبه. فالذي يستخدم الكلام العذب المهدّئ للخواطر يشعر بتيار خفي ينساب من خلاله دون انقطاع ويمتلئ كيانه بفيض من الطمأنينة لأن ذلك التيار متصل بمصدره الأعلى الدائم التدفق والجريان إلى النفوس المتناغمة مع ذلك المصدر، وسيتمكن من نقل سيّال السعادة إلى النفوس المتعطشة للسلام

كل يوم ينظر الإنسان في المرآة لرؤية وجهه لأنه يريد أن يظهر على أحسن ما يرام أمام الآخرين، فكم بالحري أن يقف يوماً مع ذاته ويحدّق في مرآة التحليل الباطني لمعرفة ما يكمن

خلف المظاهر السطحية البراقة! فكل ما هو جذاب ظاهرياً يستمد جاذبيته من نفس الإنسان الباطنية. وما من شيء يلطخ مرآة النفس النقية كالتشوهات النفسية المتمثلة في الغضب والحقد والحسد والكراهية... ومن يحاول تحرير نفسه من هذه المركّبات الغريبة على طبيعة الروح سيشع نور الجمال الباطني من داخله

بالتحليل نكتشف أن مشاكل الإنسان هي ثلاثية: فهناك مشاكل واضطرابات تهاجم جسم الإنسان وأخرى تهاجم عقله وهناك صنف ثالث يسد منافذ الروح.

المرض والشيخوخة والموت هي الصعوبات التي يتعرض لها الجسد والعقبات التي تعترضه. أما الأمراض النفسانية فتغزو العقل عن طريق الحزن والخوف والغضب والرغبات الدفينة والتذمر والكراهية والوساوس العاطفية وحمّى الهيجان العصبي والسرطان النفسي الذي يشل القوى العقلية. أما المرض الأخطر فهو مرض الروح الذي يتمثل في الجهل الذي عنه تنبثق ومنه تنسرب باقي الأمراض

الخير أكثر من الشر في العالم

عندما تراودنا الشكوك فيجب أن نتذكر حياة العظماء. صحيح أننا كائنات بشرية لكن الله أيدنا بقوىً فائقة نادراً ما نستخدمها، فلمَ الإرتعاد خوفاً من الشيخوخة والمرض والحزن؟ يجب أن نفعل ما بوسعنا للعناية بالجسد، لكن ينبغي عدم الإستسلام للمخاوف وعدم دفن أنفسنا تحت أكداس الجهل.

الجسد ليس الإنسان بكامله

الخير أكثر من الشر في هذا العالم لأن الله هو القوة العظمى. لكن عندما تأتينا الشرور نفكر أن لا قدرة لنا على التحكم بها والتحرر من قبضتها

عواصف الشر لا بد أن تهب، ولكن باستطاعتنا التخلص من مؤثراتها والترفع المعنوي عنها

لم نُمنح الحياة لكي تهلكنا الحياة، بل كي ترسّخ بنا وعي الخلود، ويجب أن نتذكر هذه الحقيقة

بدون حرية الفكر لا يمكن الإعراب عن النفس بكيفية نقية، تلقائية، وطبيعية. لا تنسَ أنك في جوهرك حر طليق. قوة الإرادة هي حرة على الدوام

إن استخدمتَ قوة إرادتك على النحو الصحيح فإنها ستخلق لك كارما جيدة، لكن معظم الناس لا يرغبون بالتبديل ولا يريدون بذل المجهود، فينهارون أمام المصاعب ولا قدرة لهم على مواجهة التحديات.

إن قيام الإنسان بكل ما يحلو له ليس حرية لأن الإنسان مقيد برغباته، ولذلك لا يمكن أن يُدعى تصرفه حرية على الإطلاق. الحرية الحقيقية معناها القيام بكل شيء بإرادة موجهة بالحكمة. باستطاعة الشخص التحكم بنتائج أعماله السابقة التي تتعقبه دون إبطاء إن قام بتفعيل إرادته واستخدامها في الأعمال الطيبة والنافعة. إن سيّرت أعمالكَ بالعقل وقوة الإرادة فإن قوى أعمالك الخاطئة السابقة ستضعف والعادات الناجمة عن أعمالك الطيبة ستتقوى.

إننا نرغب على الدوام بالأشياء التي لا نمتلكها ونتعلق بأمور غير جوهرية. وحالما يستحوذ علينا شيء ما نكون قد فقدنا حرية إرادتنا لبعض الوقت. وكما أن الشرقيين مستعبدون لعادات قديمة هكذا الغربيون مستعبدون لعادات عصرية حديثة. إننا نصنع قدَرنا بأيدينا ونصبح مقيدين بأقدارنا

لماذا يولد طفلٌ ما في عائلة شريرة بينما يولد طفل آخر في عائلة طيبة؟ لقد استخدم كل منهما حريته للعيش بكيفية ما في الماضي (في حياة سابقة) وبذلك جلب لنفسه تلك الظروف في هذه الحياة

لا توجد حرية حقيقية بدون الله. يجب أن نفكر به على الدوام. ومهما كانت مشاغلنا وتفكيرنا يجب أن يحتل الله المقام الأول في قلوبنا، وعندما نتوافق معه حقاً ستُعطى لنا القدرة على إنجاز ما يتعين علينا إنجازه، في أي وقت، بعونه تعالى

نصائح للمريد

سأل أحد التلاميذ المعلم برمهنسا كي يعطيه بعض نصائح في تطوير الذات فقال: إن أردت أن تكون محبوباً فابدأ بمحبة الآخرين الذين يحتاجون إلى محبتك

وإن كنت تتوقع من الآخرين أن يكونوا مخلصين معك أوفياء لك، فكن مخلصاً معهم وفياً لهم

وإن رغبت في أن لا يتصرف الآخرون بخبث ودهاء، فلا تسمح للمكر بالتسرب إلى أفكارك، ولا تتصرف على نحو يؤذي الآخرين

وإن أردت أن يتعاطف الغير معك فابدأ بإظهار التعاطف نحوهم، لا سيما تجاه الذين من حولك

وإن رغبت في أن يحترمك الآخرون، فعليك أن تبدي احتراماً نحو الصغير والكبير منهم

وإن أردت السلام من الآخرين، فيجب أن تحيا حياة يسودها الوئام

وإن رغبت في أن يكون الناس متدينين، فكن روحيّ الطباع ودع الآخرين يشعرون، أنك قدوة حسنة وبإمكانهم الركون إليك والوثوق بك

وباختصار، فكل ما تريد أن يبديه الآخرون من مزايا طيبة، أظهره في حياتك أولاً، وستجد أن الناس يتفاعلون معك بنفس الكيفية.

إن استطعت التعرف على المجالات التي تحتاج إلى تطوير وإصلاح في حياتك دون أن تشعر بالتثبيط أو تنمي عقدة النقص..

وإن عملت باستمرار على تحسين شخصيتك، عندئذ سيكون الوقت التي تمضيه أجدى وأكثر نفعاً مما لو صرفته في التمني بأن يحسّن الناس أنفسهم. إن لمثالك الحسن وتصرفك السليم قدرة أكبر على تغيير الآخرين من مجرد تمنياتك وغضبك وكلماتك.

يا رب، أنت منبع الخيرات ومصدر كل القوى. باركنا كي نظهر نعمك علينا في صحتنا و طموحاتنا الفكرية وفي تعبيراتنا الروحية. أنت الوهج في النجوم والطاقة في الذرات والطيبة في القلوب والجمال في الصدق... ساعدنا كي نشحن أنفسنا بقوّتك العظمى.. بحكمتك اللامتناهية وبأصالتك التي لا حد لها.

دعنا ندرك يا رب أنك ينبوع الصحة ومحيط الحياة ومنبع كل فهم ومعرفة. حررنا من الجهل وآثاره ومن المخاوف والهموم وليجرف طوفان حكمتك كل حطام وركام من حياتنا.

مزّق يا رب الحجب التي تواري وجهك عنا. دعنا نبصرك نوراً شديد السطوع كشموس لا حصر لها في أفق حياتنا.. ودعنا نشعر بك كقوة دائمة التجدد تلهم أفكارنا، وتغذي أرواحنا، وتعيل أجسامنا، وتحقق أحلامنا.

أوم، آمين.

معظم الناس لا يعرفون السبب من وجودهم على هذه الأرض، ويظنون أن غاية الحياة هي تحقيق الرغبات وتحصيل ضرورات العيش والتماس المتع والحب البشري، والإستسلام للداعي الأخير في نهاية المطاف.

يبدأ الناس حياتهم مبرمجين بميول معينة، ورغبات لم يتم تحقيقها في الماضي ويحاولون – بما تبقى لهم من إرادة حرة – تقليد رغبات وتصرفات أحدهم الآخر، فإن خالطوا رجال أعمال، يريدون أن يصبحوا مثلهم، وإن عاشروا فنانين، يصبح الفن كل شيء بالنسبة لهم

الله يريدنا أن نكون عمليين في هذا العالم، فقد منحنا جوعاً يقتضينا العمل من أجل إشباعه لكن البحث عن الطعام والمأوى والمال والممتلكات لا غير يعني أن ينسى الإنسان مصدر سعادته.

صحيح أنه يتعين علينا أن نعمل من أجل الحصول على احتياجاتنا وأن نسعى لتحقيق أهدافنا المشروعة ولكن يجب أولاً وقبل كل شيءأن نفتح قلوبنا لله ونطلب هدايته ورضاه فيما نفعله عندئذ لا بد أن ننجح في مدرسة الحياة لأننا سنتلقى توجيهاتنا من المدير والمدبر الأعظم الذي يعرف ما نحتاجه وما هو الأفضل بالنسبة لنا. ولذلك يجب أن نضع ثقتنا به ونمتثل لإرادته الحكيمة.

من محاضرات المعلم برمهنسا

عندما تعلو سعادة النفس الكامنة في أعماق الذات طبقة كثيفة من المتع الحسية الزائلة يخبو وهج الروح الذهبي وتتوارى قدرات النفس الشفافة خلف كثافة المادة. وعندما ينجذب عقل المرء إلى الغيرة والحسد وتغلفه غيوم المخاوف والهموم يصبح تعيساً بائساً ومغلوباً على أمره. ولكنه عندما يوجّه نفس الانتباه نحو المحبة والسلام والإنسجام يشعر بسعادة فائقة.

النفس تشعر بالسعادة عندما تتحول من الشهوات الجسدية الممزوجة بالمعاناة والشقاء إلى مزايا الروح الشفافة العابقة بالمباهج الراقية.

إن انغمستْ النفس انغماساً تاماً بالملذات الدنيوية الخشنة تصبح غير مهتمة بالبحث عن المسرات العليا وغير قادرة على تذوق أفراح الروح. كثيرون قد يجادلون بأن التخلي عن المتع المادية هو أمر أقرب إلى المستحيل في هذا العالم أو أثناء العيش مع أشخاص تتمحور أفكارهم حول الشؤون المادية البحتة، لكن من غير المطلوب من الإنسان العادي أن يهجر العالم ويذهب إلى الجبال والغابات كي يعثر على الطمأنينة

والسلام بل يتعين عليه أن يكون في هذا العالم دون أن يدع تياراته القوية بأن تجرفه كيلا تطغى عليه أمواج الدنيا الصاخبة.

يجب ألا يكون الشخص سلبياً تجاه محيطه، وفي نفس الوقت يجب ألا يسمح للماديات بأن تعمي بصيرته حتى لا يفقد الصلة بطبيعته الروحية ويصبح غير قادر على تذوق مباهج الغبطة ومعاينة الأنوار الإلهية.

الحياة بجوهرها ومكوناتها وأهدافها، هي لغز صعب فهمه لكن لا يعصى على الحل، وبتفكيرنا التقدمي نقوم يومياً بحل بعض أسرارها.

الأجهزة القائمة على أسس علمية دقيقة في هذا العصر، تبعث بكل تأكيد على الإعجاب، والإكتشافات التي يأتي بها العلم تمنحنا رؤية أوضح، عن الطرق التي يمكن بواسطتها تحسين العيش. لكن بالرغم مما لدينا من أجهزة ومخترعات واستراتيجيات، يبدو أننا ما زلنا كالدمى في يد القدر، وأن الطريق لا يزال طويلاً أمامنا قبل أن نتحرر من سيطرة الطبيعة.

بكل تأكيد أن العيش تحت رحمة الطبيعة ليس حرية، فعقولنا المتحمسة يطغى عليها ويكبلها إحساس من العجز، عندما نشعر أننا ضحايا الفيضانات أو الأعاصير أو الزلازل، أو عندما تختطف منا الأحداث – دون سبب منطقي - أحبتنا القريبين من قلوبنا، فندرك عندئذ أننا لم نحقق الكثير من الإنتصارات، ولم نتمكن من التغلب على الظروف المعاكسة، إذ بالرغم من كل جهودنا لجعل الحياة كما نريدها أن تكون، ستظهر دوماً ظروف معينة على هذا المسرح الأرضي، وأحداث يوجهها عقل جبار لا نعرف عنه الكثير، يعمل بمعزل تام عن آرائنا وإرادتنا، وأفضل ما يمكننا القيام به هو العمل وإدخال بعض التحسينات.

إننا نزرع القمح ونصنع الطحين، لكن من الذي خلق البذرة الأولى؟ نأكل العيش أو الخبز المصنوع من الطحين، ولكن من الذي منح أجسادنا القدرة على الهضم وتحويل الطعام إلى غذاء؟

في كل ركن من أركان الحياة يبدو أن هناك يداً إلهية لا غنى عنها ولا يمكننا تسيير أمورنا بدونها، وبكل ما نملكه من يقينيات لا نعرف متى سيتوقف القلب عن أداء وظيفته. من هنا تبزغ ضرورة الإتكال الجريء على القوة الإلهية العظمى والإعتماد على ذاتنا العليا، المنبثقة عن تلك القدرة الكلية التي نحن مصاغون على مثالها.

يجب أن نمتلك إيماناً متحرراً من الكبرياء، وأن نسير بثقة على دروب الحياة

دون ذعر وارتعاد، ودون ضيق وانحصار.

التعامل مع الحساسية

التغلب على الحساسية هو من الفنون الدقيقة، والتحكم بسرعة التأثر أمرٌ مهم من أجل تنمية شخصية وازنة متوازنة.

تنجم الحساسية عن سوء الفهم وعقدة النقص، وعن الكبرياء المنتفخة و (الأنا) المضخمة.

عندما يفكر الشخص بأن مشاعره قد تعرضت للرضّ تسري تلك الفكرة في عقله فتثير أعصابه التي تتوفز بدورها وتتمرد.. فتشتعل نيران الغضب في قلبه بسبب المشاعر المرضوضة، ومع ذلك هناك أشخاص لهم القدرة على التحكم بانفعالاتهم فلا تظهر أعراضها بالرغم من احتدام الغيظ في داخلهم. آخرون يظهرون انفعالهم من خلال ردود فعل فورية تبدو في عضلات العينين وقسمات الوجه، ومن خلال ردود لفظية قاطعة كالشفرة.

إن للتأثر المفرط مضاعفات خطيرة، فهي تزيد الموقف تعقيداً وتخلق اهتزازاً غير مستحب يؤثر سلباً على الآخرين.

يجب بذل المجهود لضبط النفس والتحكم بالأعصاب، ونشر هالة من الفهم والتفاهم تشحن الجو بالسلام بدل الإحتدام وتبدد منه أبخرة التوتر. ومن يفعل ذلك يكون سيد نفسه وسيكافئه الآخرون من حوله بالتقدير والإحترام.

الحساسية المفرطة ميزة يشترك فيها معظم الناس، وعندما تثور هذه العاطفة غير المنطقية فإنها تعمي البصيرة وتسمل عينيّ الحكمة. والأدهى من ذلك، فإن الشخص سريع التأثر يظن أنه يفكر ويشعر ويتصرف على نحو سليم لا غبار عليه، مع أن سلوكه قد يكون مغلوطاً جملة وتفصيلا!

كثيرون يعتقدون أنه يتعين عليهم الإشفاق على أنفسهم عندما يوجه لهم النقد، وذلك التعاطف الذاتي يجلب لهم بعض التنفيس. لكن مثل هؤلاء كمدمني المخدرات، كلما تعاطوا جرعة جديدة كلما زاد إدمانهم.

إن الشخص سريع التأثر غالباً ما يتألم دون طائل. وفي معظم الأحيان لا أحد يعرف سبب معاناته أو طبيعة تظلمه، فيزداد حسرة في عزلته الداخلية التي يفرضها على نفسه بنفسه. لا يمكن تحقيق شيء بالاجترار الصامت لما يعتبره الشخص إساءة تعرّض لها أو نقداً وُجّه إليه. ومن الأفضل التخلص من مسببات تلك الحساسية المفرطة بالتحليل الموضوعي وبتفعيل ضبط النفس.

لهذا النوع من الحساسية غير الصحية أضرار بالغة، فهي تلتهم القلب كالنار وتدمر أنسجة السلام، ولذلك يتوجب التعاطي معها بحكمة ومنطق وإرادة حازمة.

***

إنني أعمل بجد واجتهاد لخدمة الجميع ولكن عندما أعتكف للتأمل بمفردي لا أسمح لأحد بأن يشوّش على تأملاتي. الأمور الأخرى تنتظر أما الموعد اليومي مع الله فيجب عدم إهماله أو إغفاله.

قبل الإقدام على عمل ما، توقف وتفكر ملياً بالنتائج ومدى تأثيرها على نفسك وفكرك وجسمك. فالتصرف الناجم عن دافع إكراهي ليس تحرراً لأن نتائج الأعمال المخالفة لقانون التوافق والإرتقاء ستقيد الفاعل.. أما القيام بالأعمال التي يقرها التمييز ويرتاح لها الضمير فهي حسنة وتجلب الحرية لصاحبها.

عندما تعتزم القيام بأمر حسن، أو الامتناع عن فعلٍ شيء سيء، وتتمسك بذلك القرار وتعمل بموجبه فاعلم أن حظك من الحرية وفير.

يريدنا الله أن أن نستخدم حرية الاختيار الممنوحة لنا كي نبحث عنه ونعثر عليه لكنه لا يريد أن يفرض نفسه علينا.

الرغبة في التقرب من الله والتعرف عليه لا تأتي من تلقاء ذاتها بل يتعين تفعيلها وتنميتها، وبدون تلك الرغبة لا قيمة ولا طعم للحياة.

دع بصيرتك الروحية توجه تفكيرك وسيحالفك النجاح حيثما توجهت.

لله كرّست صوتي ويديّ وقدميّ وقلبي وجسدي ومشاعري وإرادتي .. وكل شيء.

المحبة هي السلاح الروحي الذي ينهي كل الحروب.

ما وراء هذه الأرض هناك عوالم لا محدودة حيث سنلتقي ثانية بأولئك الذين حسبنا أنهم فارقونا للأبد.

هذه الحياة الدنيا دائمة التقلب.. كآبة تتلوها كآبة.. وأوهام من خلفها أوهام. يجب أن يتلاشى هذا السراب المترائي على صحراء وعينا ويجب أن نبتعث ذاتنا الحقيقية من تحت حجب المادة الكثيفة.

لا تحاول أن تبني آمالك على هذه الحياة. أين ضمانك؟ إنك آمن فقط عندما تتحصن في معرفة الله.

جوهر النفس يشبه الذهب العتيق المطمور تحت التراب، وعند إزاحة التراب عن الذهب وغسله بماء التأمل يتوهج من جديد بكل نقاء وصفاء.

دعنا يا رب نبصر ما هو حسن.. وأن نفكر الأفكار السليمة.. وأن نخالط ذوي السيرة الطيبة.. وساعدنا كي نفكر بك ونتأمل عليك يا من أنت نبع كل صلاح ومصدر كل خير.

التحرر من الضعف

إن أفضل طريقة للتخلص من الضعف هي عدم التفكير به وإلا ستكتسح فكرة الضعف الوعي وتستبد بملكات النفس. عندما نجلب النور إلى داخلنا ستتبدد الظلمة كما لو لم تكن.

تلك الفكرة تجلب لي إلهامات رائعة.

عندما يتم إدخال النور إلى كهف استوطنته الظلمة منذ آلاف السنين ستتبدد الظلمة على الفور. وبالمثل، تتلاشى نقاط الضعف ومعها الأخطاء عندما نسمح لنور الله بالدخول إلى وعينا ولن تتمكن ظلمة الجهل من البقاء. تلك هي الفلسفة التي يجب أن نحيا بموجبها.

التسويف لا يجدي نفعاً.. فدولاب الحياة لا يتوقف وأيام العمر تمضي متسارعة.. وكل دقيقة نصرفها في التفكير النيّر والتصرف السليم هي استثمار ناجح ورابح في مجال سعادتنا.

كثيرون يصرفون العمر كله بالتفكير في المال والجنس والشهرة ونادراً ما يركّزون على الأمور الجوهرية التي تجلب لهم الطمأنينة وترفع وعيهم إلى مستويات أعلى.

مهما كان الدور الذي يلعبه الإنسان متواضعاً فإنه يعتبر ناجحاً في نظر الله إن هو عرف كيف يصرف وقته بحكمة ويوجّه أفكاره في مسارات صحيحة.

عندما يشرق نور الله على الإنسان لا يشعر أنه بحاجة لشيء لأن الفرح الذي يغمره يحقق كل أحلامه ويجعله يحس في قرارة ذاته أنه أغنى الأغنياء وأسعد السعداء في هذه الحياة.

نفق النور

من يتيقظ به الوعي الروحي بالأفكار النيرة والأعمال الخيّرة والمشاعر الطيبة والتأمل العميق يمكنه الإحساس بمغادرته الجسد وقت الرحيل النهائي عن طريق العين الروحية. اليوغي يمارس أثناء إقامته الأرضية رؤية نفق العين

الروحية عند الحد الفاصل بين المادة والروح ويستطيع لحظة مغادرة الأرض دخول هذا النفق المضيء والإنتقال من هذه الدنيا إلى فضاء الله اللامتناهي حيث النور والفرح والسلام والحرية المطلقة.

{نور على نور}

{مصباح الجسد هو العين [الروحية]

فإن كانت عينك وحيدة If thine eye be single

فإن جسدك كله يكون مليئاً بالنور}

{والنور يسطع في الظلام والظلمة لم تعرفه}

الإيثار هو أن نشعر بأحزان الآخرين وأن نقترب منهم ونتواصل معهم ونحاول صادقين تعزيتهم في مصابهم وأن نفرح لفرحهم ونعمل على قدر طاقتنا لإبعاد شبح الخوف والعوز والقلق عنهم.

من يمتلك روح الإيثار لا يعمل وفق حسابات وتوقعات محدودة بل يستخدم بصيرته وحكمه الصائب ويمضي في مساعدة نفسه والآخرين شاكراً الله على ما يحققه من نجاح، وإن أخفق مرة أو مرات لا يشعر بالإحباط بل يزداد تصميماً فيضاعف الجهود ويكرر المحاولة مستكشفاً أفكاراً وقنوات جديدة، مسترشداً بنور العقل، مستعيناً بالله إلى أن يحقق مبتغاه ويبلغ مقصده النبيل.

إن من يعمل على إسعاد الآخرين يسعده الله بإحساس باطني من الراحة النفسية وإن فقد شيئاً في سبيل الذين يحاول مساعدتهم لا يحسبها خسارة لأنه يكسب في المقابل رضا الله وراحة الضمير.. فهو يعيش ليحب ويعمل ويعطي ويزرع بذور الخير والسلام في حقول الإنسانية.

من يتجاوز في تفكيره وأحاسيسه عالمه الشخصي يتمدد وعيه ويزداد تعاطفه ويشعر أن العالم بيته والإنسانية أسرته

ويدرك أن الغاية من وجوده على هذه الأرض هي إصلاح ذاته قبل أن يحاول إصلاح الآخرين لأن من يصلح ذاته يساعد الآخرين على إصلاح أنفسهم من خلال مثال حياته فالأفعال أعمق أثراً وأبلغ وقعاً في نفوس الآخرين من الأقوال.

محطات قصيرة

بريق الإخلاص:

بعض الناس يحاولون التخلص من مشاكلهم بالإبتسام لكن هذا النوع من التخلص من المشاكل يلزمه ضمير نقي لا يأوي رياءً ولا مكان فيه للمخادعة. عندما يتعامل المرء بصدق مع نفسه ومع الآخرين ويتصرف بنبل وشهامة تصفو عيناه فينبثق منهما شعاع فريد هو بريق الإخلاص الذي لا يمكن أن تخطؤه العين.

الصراحة:

وبعض الناس يتلفظون بأشياء كثيرة باسم الصراحة لكن لا يمكن التحدث بكل شيء لكل إنسان. فعندما تقدم النصح والإرشاد للبعض يسيؤون فهم كلماتك ولا يستفيدون شيئاً مما تقوله وهذا جهد ضائع وسعي غير مشكور. السكوت في مثل هذه الحالات هو من ذهب لكن هذا لا يعني بأي حال السكوت عن الخطأ.

الإنسجام الذاتي:

الإنسجام مع الذات أمر في منتهى الروعة. معظم الناس يعلمون كم هو من الصعب الإنسجام مع الآخرين ولكن هل فكرت يوماً بالإنسجام مع نفسك؟ ذلك صعب للغاية إنما ممكن. إن حللت نفسك لوجدت أنك في خصام دائم مع ذاتك. وإن لم تحب نفسك فلن تحب أحداً. وإن لم يعش المرء بانسجام مع نفسه فكيف يمكنه أن ينسجم مع غيره؟

الإنسجام مع الذات هو عنصر حيوي للإنسجام مع العالم. لذلك من الأهمية بمكان أن تقدّر نفسك حق قدرها وتحبها لأنها

تستحق منك الحب. يجب أن يحب الإنسان نفسه لأن الله خلقه وأنعم عليه بإمكانات سامية.. ومحبة تلك النفس المعنوية أو ذلك الجوهر الزاخر بكل الخلال الكريمة هو ما يلهم المسلك النبيل وينقي الفكر من الشوائب والقلب من الضغائن والأحقاد.

معايرة البوصلة الأدبية:

لا يمكن أن يخادع المرء ضميره أو يبرر تصرفاته الخاطئة أو يفلت من تبعات سلوكه المغلوط حتى ولو أتيح له الإنتقال إلى كوكب آخر. فنتائج أفعاله تلازمه ويتعين عليه تصحيح مساره ومعايرة بوصلته الأدبية لتشير إبرتها دوماً نحو الإتجاه الصحيح.

بعض الناس يعيشون في أسوأ الظروف ومع ذلك فهم في توافق رائع مع أنفسهم وآخرون يمتلكون كل الفرص ولديهم كل ما يحتاجون إليه ومع ذلك هم في خصام مستدام مع أنفسهم، ولذلك يجب أن لا ينتظر المرء الظروف كي تتغير. أقنع نفسك أنك بخير بالرغم من بيئتك التي قد تكون مغايرة لما تتمناه.

من يضع نفسه تحت رحمة الظروف وينتظر حتى تتغير فسيطول انتظاره.

يحكى أن شخصاً كان يتقن ثماني عشرة لغة ومع ذلك كان فقيراً للغاية بحيث لم يقدر على شراء مصباح يقرأ على ضوئه. فكان يذهب إلى إحدى الزوايا ويجلس تحت ضوء الشارع ليقرأ. حقاً أن الإرادة تبتكر الوسائل وتخلق الفرص وتجدد الآمال وتنجز الأعمال وتحقق الأماني والأحلام.

التواصل الفعلي مع العارفين بالله يمكن أن يتم عن طريق الاتصال الشخصي بهم أو القراءة التأملية لكتاباتهم أو التفكير العميق والودي بهم. والناحية الهامة التي ينبغي تذكرها هي التوافق مع وعيهم المتوافق مع الله.

عندما نناغم وعينا مع نفوس عظيمة مُحبة لله فإن ذلك التناغم يغيّر حياتنا تدريجياً على نحو في منتهى الروعة. هذا التناغم لا يستعبد الإرادة بل يوسع نطاقها ويعزز قواها. وهذا هو الفرق بين التناغم مع أشخاص مليئين بـ "الأنا" وبالتفكير فيما يمكنهم الحصول عليه ومع محبي الله والإنسانية الذين غايتهم العطاء وإيقاظ الحب الإلهي في نفوس المتناغمين معهم. ومغناطيسة هؤلاء المباركين تجعلنا على اتصال وثيق بالمغناطيسية الإلهية.

يجب أن نضع نصب أعيننا ونأخذ في اعتبارنا أنه أثناء بذلنا المجهود لتحقيق احتياجاتنا الخاصة يتعين علينا مساعدة الآخرين في الحصول على ما يحتاجون إليه ومقاسمة الأقل حظاً ما يصل إلينا من خيرات الحياة ولنتذكر بأننا جزء لا يتجزأ من الأسرة العالمية وأنه لا يمكننا أن نعيش بدون هذه الأسرة الكبيرة.

كيف ستكون الحياة بدون النجار أو المخترع أو المزارع وغيرهم؟ فمن خلال الأخذ والعطاء وتبادل الخدمات يريدنا الله أن نفكر بالآخرين ونتعاطف معهم ومن الخطأ الفادح أن يعيش المرء لنفسه دون الإهتمام بغيره. عندما نفكر بسعادتنا يجب أن نفكر أيضاً بإسعاد الغير. ليس مطلوباً منا أن نعطي كل ما لدينا من أجل رفاهية الأسرة العالمية لأن ذلك مستحيل، بل علينا أن نشعر بشعور الآخرين ونعمل ما بوسعنا لتقديم العون لهم والتخفيف من أعباء الحياة عنهم.

هناك علاقة بين النجاح وبين رضاء الروح، في سياق البيئة التي يعيش فيها الفرد

النجاح الحقيقي هو نتيجة للسلوك المتسق مع مبادئ الحق، ويشمل سعادة ورفاهية الآخرين كجزء لا يتجزأ من الرضاء الشخصي. ومن يطبق هذا القانون على حياته المادية والعقلية والخلقية والروحية سيجد أن هذا التعريف كامل وشامل للنجاح.

الناس يفكرون بالنجاح بطرق مختلفة اعتماداً على هدفهم في الحياة. وبين الحين والآخر يقرنه البعض بالسرقة كأن يقولوا

"إنه لص ناجح"! وهذا يبين أن ليس كل نجاح هو نجاح مرغوب فيه، فنجاحنا يجب ألا يؤذي الآخرين.

وهناك مؤهلٌ آخر للنجاح، وهو جلب الإنسجام والنتائج الإيجابية، ليس لأنفسنا فقط، بل يتعين علينا مقاسمة تلك المزايا مع الآخرين أيضاً

إن بلوغ النجاح المادي لا يعني التمتع بما نستحقه وحسب بل يعني أيضاً أن لدينا مسؤولية أدبية تجاه مساعدة الاخرين كي يخلقوا حياة أفضل لأنفسهم. كل من عنده ذكاء يمكنه أن يكسب المال ولكن إن كان يمتلك الحب في قلبه فلن يتمكن من استخدام ذلك المال بأنانية بل سيتقاسم ما يمتلكه مع الآخرين.

المال يتحول إلى لعنة في أيدي البخلاء المقترين لكنه بركة ونعمة لذوي الأيادي السخية والقلوب الطيبة.

النفوس الطيبة تجذب نفوساً طيبة وتنجذب إليها

يجب أن نتعلم كيف نحب جارنا كنفسنا ولنتذكر أننا هنا في هذه الحياة لفترة وجيزة من بعدها نرحل إلى عالم آخر يتوقف مستواه على مستوى تفكيرنا ونوعية أفعالنا إبان إقامتنا الأرضية هذه.

من هم أقرباؤنا الحقيقيون؟ بالنسبة للحكيم الكل هم أقرباؤه وكل واحد "جاره". بالطبع، الحكيم قادر على التمييز ويدرك أنه مع أن الشمس تسطع بضيائها على قطعة الفحم وقطعة الألماس لكن الألماسة، دون الفحمة تمتلك خاصية استقبال النور وإظهاره على نحو رائع. يجب أن يسعى الشخص لمصاحبة ذوي الأفكار والمشاعر التي بصفاء الألماس ويجب أن يصرف الوقت في البحث عن الأصدقاء الصادقين. من يعش حياة نظيفة وصادقة سيجلب إليه أصدقاء يتميزون بالنظافة والصدق، ومن يعش بغرائز حيوانية دون تمييز سيجلب إليه أصدقاء من نفس النوعية.

إن كنت تثمن المُثل الراقية والمبادئ السامية فمن المستحسن عدم مخالطة الأشخاص الذين لا يؤمنون بتلك المثل والمبادئ والذين يشوشون الأفكار ويعكرون المزاج حتى لا تعمل ذبذباتهم عل خفض مستوى ذبذباتك.. وفي نفس الوقت لا تستثنِ أحداً من دائرة محبتك.

وبالإضافة إلى ذلك يجب أن لا يعطي الإنسان الحب وحسب، بل عليه أن يصنع السلام أيضاً بحيث أينما ذهب يخلق الوئام والهدوء وينعش الحاضرين بوجوده الطيب بينهم. لا أحد يرغب بالإقتراب من ظربان نتن الرائحة – أعزكم الله - بل الكل يتحاشوه. وبالمثل فإن الشخص العصبي الإنفعالي اللجوج يضايق الآخرين وينفّرهم. نريد أن نكون كالورود الناضرة التي تنفح أريجاً طيباً يبهج الخاطر. فلنعمل على نشر عبير السلام ونفحات الخير أينما توجهنا وحيثما حللنا.

مملكة الله ليست وسط الغيوم أو في مكان محدد من الفضاء. إنها خلف الظلمة التي نراها عندما نغمض أعيننا وعندما نتأمل ونبتهل تنفتح بنا عين الروح الموجودة في الجبهة فنبصر نوراً مباركاً ونشعر بغبطة تتخلل كل خلايا الجسم ونحس بأن الحجاب قد رُفع وأن باباً سرياً قد فتح إلى مملكة الله.

الله هو فرح دائم التجدد وذلك الفرح كلي الوجود. يجب أن نشعر بتوحدنا مع ذلك الفرح الذي يسكن في داخلنا ويحيط باللانهاية.

خلف الحدود الإهتزازية للمادة الكثيفة يكمن الوعي الكلي اللانهائي الذي يفوق حد الوصف بكل مجده واتساعه ولامحدوديته. تلك هي مملكة السماء التي هي غبطة واعية أبدية ولا حد لها ولا انتهاء.

عندما تتوسع مدارك النفس، وتشعر بحضورها في كل مكان، تتوحد عندئذ مع الروح الإلهي

المجد للمطلق اللانهائي، المتربع على عرش الأفق، حيث تتصل السماء بالمحيط. والمجد للانهائي الفائق، المتربع على

عرش السلام في داخلنا، بالتركيز على اللانهائي في داخلنا، يمكننا الحصول على قوته التي لا حد لها

المعرفة المتحصلة من دراسة الكتب أو من البشر هي معرفة محدودة، أما المعرفة المستقاة مباشرة من الله فتمنح قوة الحكمة وروعة اليقين وطمأنينة القلب وسلام الروح.

يا رب، علمني كي أصلي بتركيز عميق وكي أمزج التأمل بالأشواق الوجدانية.. وليتطهر قلبي يومياً بمحبتي الخالصة لك.

التحرر من قيود الكارما

كل عمل، عقلياً كان أم جسدياً، شعورياً أم لا شعورياً، له تأثير محدد على حياة الشخص. الأعمال السابقة، هي ليست فقط تلك التي قام بها الإنسان، منذ أيام أو شهور أو سنين، بل أعمال من حيوات ماضية أيضاً

{كُنْتُمْ أَمْوَاتًا فَأَحْيَاكُمْ ثُمَّ يُمِيتُكُمْ ثُمَّ يُحْيِيكُمْ ثُمَّ إِلَيْهِ تُرْجَعُونَ}

التأثيرات الحسنة والسيئة للأفعال التي يقوم بها المرء في حياته الحاضرة تبقى مخزونة في اللاشعور أو الوعي الباطن، والآثار التي يحملها الشخص (أو تحملها نفسه) من تجسدات سابقة، تكمن كبذور في اللاشعور، بانتظار الظروف المناسبة كي تنتش وتنمو في وقت محدد كارمياً. إن قانون الكارما الذي يوازن الأمور، ينطوي على الفعل ورد الفعل، السبب والنتيجة، الزرع والحصاد.

كل إنسان يصمم بأفكاره وأفعاله قدَره بنفسه والطاقات التي يطلقها بحكمة أو بغباء لا بد أن تعود إليه كنقطة ابتداء تماماً كالدائرة التي تكمل نفسها بدقة متناهية. [والسؤال هو] هل يتعين على المريد الراغب أن يواجه - بالرغم عن إرادته - نتائج أفعاله السابقة كأمر لا مفر منه، أو ما يدعى بالمصير المحتوم؟ الجواب هو لا. الله هو ناموس ومحبة، والمريد الذي يتوجه إليه بشوق صادق وإيمان كلي ويوفق أعماله مع القانون الإلهي

ويطلب حب الله غير المقيد بشروط سيحصل بكل تأكيد على اللمسة الإلهية المباركة التي تخفف الأحمال الثقال وتحسّن الأحوال.

لقد وضعنا الله في هذا العالم المحفوف بالأوهام ويعرف ما نعانيه وما يعترينا من تجارب ومحن.. والإنسان يضاعف الظلمة الداخلية للجهل الروحي عندما يعتبر نفسه غارقاً في الخطايا ولا قدرة له على انتشال نفسه من مغاصة المعاصي. الأفضل له أن يحاول تصحيح نفسه ملتمساً العون والحنو من قلب الرحمة الإلهية.. متعشماً الصفح من المعبود الودود ذي الحنان والغفران.

عندما ندرك صلتنا الوثيقة بالله فأية كارما يمكن أن تقيدنا؟ لا تدع أحداً يقنعك بأن آلامك ومصاعبك هي نتيجة كارماك فأنت كروح في جوهرك لا كارما لكَ، إنما يجب أن تدرك هذه الحقيقة بالتأكيد لنفسك أنك واحد مع جوهر الحياة والنور والقوى الكونية. إن أدركت هذه الحقيقة فلا خوف عليك، وسيفتح الله في وجهك أبواباً كثيرة، ويتيح لك فرصاً عديدة.

إن كنت غير مرتاح للكيفية التي تسير بها حياتك غيّر نمط تفكيرك واشحن أحاسيسك بطاقة إيجابية وستلمس الفرق بنفسك.

لا حاجة أن يتأوه الناس ويتحسرون على ما فاتهم وأن يعزوا ظروفهم التعيسة لأخطاء ارتكبوها في هذه الحياة أو في الماضي السحيق لأن هذا نوعٌ من التهامل الروحي. يجب التحرك واقتلاع الأعشاب الضارة من حديقة الحياة وستنبت عندئذ أعذب وأنضر الأزهار وتعطي أحلى وأشهى الثمار من فضله تعالى.

التسليم لله لا يعني عدم استخدام إرادتنا لتحسين أمورنا وانتظار الله كي يسوّي أوضاعنا دون أي مجهود من جانبنا، فالله يساعد الذين يساعدون أنفسهم.

المقصود هو أننا نتعلم كيف نذهب إلى الله كي يوجّه إرادتنا ويبارك ويعزز مجهوداتنا الصحيحة وعندما نتخطى عقبة عدم الرغبة في التسليم نجد في الله الحماية التي لا يستطيع أحد في

هذا العالم أن يمنحها لنا ونجد أيضاً قوة لا يمكن لامتحان أن يقهرها.

كل واحد يمكنه تأسيس علاقة خاصة مع الله إن عرف كيف يفتح قلبه لله ويشتهي حضوره الرباني الذي يمنح الغبطة واليقين.

عندما يشعر الإنسان بحاجة ملحة لله بحيث يعلم أنه لا يستطيع الإستغناء عنه سيجد أن الله يستجيب له بطريقة أو بأخرى. ولكن عليه أن ينمّي أولاً ذلك الإحساس القوي لأن الإستجابة لن تأتي من تلقاء ذاتها.

إن لم نخصص المكان الأول لله في حياتنا فستكون حالة وعينا قلقة يعتريها التشويش ولن نتمكن من التعامل على نحو منطقي وسليم مع متطلبات الحياة التي لا تنتهي.

وما هي الطريقة لتنمية تلك الرغبة؟ في كل مرة تواجهنا مصيبة أو مكروه، وكل مرة نشعر بثقل في قلوبنا، يجب أن نقصد الله ونطلب عونه، مدركين أن من يحب الله ويحفظه في فكره ووجدانه ستتحسن أحواله وتتغير أوضاعه نحو الأفضل

عندما نخضّ ونمخض الأثير بابتهالاتنا الحارة ونداءاتنا الوجدانية سنستخلص زبدة الإستجابة الإلهية التي فيها الغذاء والشفاء والهناء

لمن يشتهي غذاء الروح، الإحباطات والإخفاقات الماضية لا تهم، بالإمكان تعلم الدروس منها، والمحاولة من جديد، وتكرار المحاولة عوداً على بدء، وسيكون النجاح مضموناً بعونه تعالى، لكل من لا يثبطه الفشل، ولا تفل من عزيمته الفواجع، ويؤمن إيماناً قاطعاً بأن الله يعضد المثابرين السائرين على الطريق الصحيح، ويمدهم بالأمل والقوة والإستبشار، حتى بلوغ المقصد الأسنى وتحقيق غاية الحياة

الفكر قوة كالكهرباء، والحالات النفسية تعود إلى الفكر وطريقة التفكير.

الكهرباء نافعة وضارة في آن، فمن يحسن التصرف بها، يضعها في خدمته وإلا فقد تصعقه. وكذلك الفكر أيضاً إن تم توجيهه في مسارات صحيحة يجلب لصاحبه السعادة، وبخلاف ذلك يجلب له المتاعب.

الفكر كالحصان الجامح، ومع ذلك ليس ترويضه بالأمر المستحيل، والتفكير الإيجابي هو أحد طرق التحكم بالفكر.

الفكر السليم صديق حميم والفكر السقيم عدو مقيم.

الفكر السليم يجذب السلام والسلامة، والفكر السقيم يطلق سهاماً فتاكة، فترتد على صاحبها مضاعفة، ولذا قيل الجزاء من نوع العمل. وما دام المرء يبعث بنوايا الخير، ستتحول أفكاره إلى مشاعل، تنير حجرات النفس، وتطرد أكداس الظلام، فيشعر إذ ذاك براحة عميقة، وتشع عيناه بابتسامة الرضى!
دامت البسمة في عيونكم وعلى وجوهكم، والسلام عليكم

الحياة هي كالمطحنة التي تطحن حبوب الاختبارات والتجارب المثمرة، لتصنع منها خبز الحياة. وهي كطريق متعرج، على جانبيه أزهار ناضرة وفراشات زاهية وأشجار على أغصانها ثمار شهية، ومع ذلك نادراً ما نتوقف لنستمتع بمنظرها وتذوق عذوبتها، بل غالباً ما نكون على أحر من الجمر للوصول إلى مساحات أوسع، نظن أن فيها مناظر أكثر بهجة مما رأيناه. لكن مع ابتعادنا التدريجي عن الدروب المزهرة المثمرة، نجد أشجاراً فيها من القتامة، أكثر مما فيها من النضرة، ثم تختفي الزهور ومعها الفراشات وأيضاً الفواكه، لنجد أنفسنا بعد ذلك في بلقع الصحراء.

حياة الإنسان هي كمياه البحار، التي تتنقى وتصبح عذبة فقط عندما تصعد إلى الأجواء العليا. وهي كحلم الصباح، تزداد إشراقاً مع تقدم سني العمر، والسبب هو أن الأشياء تبدو عندئذ أكثر وضوحاً وصفاءً. وهي كالرحلة من حيث تغيّر المناظر مع قطع المسافات. ثم تتغير نفس المناظر كلما اقتربنا منها، وهكذا دواليك.

الحياة لا تخيّب أمل الحكماء، إذ يتعاملون معها بحنكة ويستمتعون بها دون السماح لها بالإستحواذ عليهم وسلبهم حريتهم. فهم على سبيل المثال يستمتعون بالماء.. يشربونه ويغتسلون به، لكن لا يسمحون لأنفسهم بالغرق فيه. وهم يستمتعون بالملابس التي تروق لهم دون تقيد زائد بالرسميات والشكليات التي تعتبر من السطحيات. ويتلذذون بتناول الطعام دون السماح للشـَره بأن يأكلهم، لأن الإفراط في تناول الطعام ينهك القوى وينهش المدركات ويفتك بها فتكاً ذريعاً. وهكذا.. يجب أن يتمتع الإنسان بالحياة إنما دون إنهاك الحواس بالإنغماس.

التوافق مع الآخرين لا يعني موافقتهم على كل شيء، أو تضحية المُثل من أجلهم، لأن هذا الأسلوب من التوافق غير مستحب، ولا ينسجم مع الحق. فالمصلحون والعظماء لم يتوافقوا مع كثيرين من الناس من حولهم، ومع ذلك احتفظوا بمَثلهم الأعلى، لأنهم أدركوا أن ما كانوا يقومون به كان عين الصواب.

أولاً وقبل كل شيء يجب التوافق مع الله، ثم مع الضمير ومن بعدها مع الناس.

يجب عدم المساومة على مبدأ وعدم اللجوء إلى نوايا مبيتة لتحقيق غرض ما، لأن ذلك لا يليق بالمبدئيين.

من يستطع العيش بكيفية ترضي الله ولا تلحق الأذى بالغير فلا خوف عليه. أما إن لم يُرضِ هذا النهج الآخرين، فيكفي أن يكون المرء مرتاحاً في داخله، ويشعر بطمأنينة ذاتية تغنيه عن رضى الناس.

إن قوة النفس ورغبتها في التوجّه إلى الله تدعى مغناطيسية روحية. وبهذه المغناطيسية تجذب النفس لذاتها بركات واهتزازات رفيعة وكل التجارب البشرية الطيبة التي تذكـّرها بالخير والصلاح.

المغناطيسية الروحية هي القوة التي بواسطتها يجذب ويجلب الشخص إلى نفسه أصدقاء طيبين وأشياء ضرورية وهامة ومعرفة بديهية للأمور. وهذه القوة مستمدة من قوة الله المغناطيسية الجاذبة.

شمعة السلام

خذ وعاء عقلي واملأه بسلامك.

خذ قارورة مشاعري واملأها برحمتك.

خذ سلة روحي الفارغة واملأها بثمار حكمتك.

اسكب مياه محبتك في روحي علني أصبها في أكؤس عطاش الروح.

اهدم جدران الأنا واغمرني بحضورك الكلي.

إن شعاع فجر المحبة

ليطل من فتحات قلبي

فيذكرني بنور شمس حبك

المنتشر في سماء حياتي.

لقد أشرق سطوع حبك الباهر

على نفسي فاستنارت

وملأ نورك فضاء روحي.

أنت الحياة التي تعيل جسدي

والعقل الذي يلهم أفكاري

والحكمة التي تبدد جهلي.

إنني أضيء شمعة حبي النحيلة

لأقرأ الكتاب الذهبي

المحفوظ في داخلي منذ القِدم.

حبك كان ولم يزل

شمعة السلام غير المنظورة

التي تبدد الظلمة وتريني رسائلك

المدونة على صفحات القلوب.

ليظهر مجدك يا رب

وليبدد نورُ حكمتك

الجهلَ والخصام والحسد

من شطآن الأرض للأبد.

حوّل ضعفنا إلى قوة

ووهننا إلى عزيمة

واشحن أجسامنا بكهرباء الحيوية

واغمر الفكر والروح بنورك الشافي.

خذ بيدنا كي لا نغرق في مياه الغفلة عنك واملأ كياننا بمحبتك وحكمتك.. ولنشعر أننا قريبون كل القرب منك وأن شمس رحمتك تسطع علينا على الدوام.

إنني أضع أزاهير أفكاري الهامسة الناضرة

في هيكل السكون..

فيشيد عطرها الصامت

ويشدو بأمجادك..

وبإشراقة نورك القدسي

أبصر جمال وجودك

وتتحقق أحلامي السعيدة.

عندما يومض نورك في روحي

تشتعل الحجب بنار الحكمة

فأبصر مجدك ويتعاظم فرحي.

أشرق الله بأنواره عليكم

وتحية الروح لكم

هناك مطالب ومتطلبات كثيرة يفرضها العالم علينا ويقنعنا بأهميتها القصوى وبعدم إمكانية العيش بدونها أو الإستغناء عنها.. لكن المطلب الأساسي يجب أن يكون الحصول على سلام الله الذي لا تجف منابعه ولا ينضب معينه والذي يمنح لكل شيء في الحياة طعماً ومعنى.

لنتذكر أن الله هو جوهر كياننا وأن المحبة هي النافذة التي نرنو من خلالها إلى وجهه الكريم. من يرغب في الإحساس بالحضور الإلهي ويغذي تلك الرغبة السامية فكراً وفعلاً سيحقق الله مطلبه ويعينه على تمزيق الحجب التي تحول دون معاينة الأنوار المباركة.

من يعقد العزم على المضي قدماً على الطريق لن يصده شيء ولن يعيقه عائق حتى يبلغ مقصده ويحظى بمنية قلبه.

درر وغرر روحية

إن من يظهر ضعف الآخرين ويسبب لهم الإحراج والحنق هو بعيد عن الحكمة والسداد. يجب أن نمقت الخطيئة وليس الخاطئ لأنه أخ لنا في الروح بالرغم من ظلمة الجهل التي تغلفه وتخيّم عليه. الغرض من الإدانة يجب أن يكون الشفاء لا التشفي والتجريح. يجب أن نعامل الأخ الخاطئ كما نرغب أن نـُعامَل لو كنا مكانه وفي وضعه.

{من ستر عيب أخيه في الدنيا ستر الله عيبه في الآخرة}

مثلما ندين الآخرين يديننا القانون الروحي بنفس المقدار. ويجب ألا نتوقع الكثير من الآخرين، ولا ننتظر نتائج حسنة على الدوام من أي إنسان حتى ولو كان يبذل أفضل ما بوسعه.

قد يسقط الشخص ويتعثر، لكنه سيظل آمناً ما دام يبذل قصارى جهده ليرتقي سلّم الفضيلة والصلاح من جديد.

كل يوم يجب أن نحاول رفع معنويات المريض جسدياً أو نفسياً أو روحياً في بيئتنا مثلما نساعد أنفسنا أو أفراد عائلاتنا.

ومن يحاول من اليوم العيش طبقاً للقوانين الإلهية – بدلاً من العيش الأناني القديم الذي يجلب العناء والشقاء – سيجد أنه مهما كان الدور الذي يلعبه في الحياة متواضعاً يبقى مع ذلك دوراً هاماً ما دام يقوم بواجبه على أكمل وجه بحسب توجيه مدير المسرحية الكونية وسيد أقدارنا جميعاً: الله عز وجل.

عندما نتفاعل مع الآخرين بإخلاص فعلي وبمحبة صادقة ومراعاة للمشاعر، سنجلب إلينا أصدقاء طيبين دون أن يكون للمصالح الشخصية أو الحسابات الأنانية أدنى اعتبار، وإلا فلن نتمكن من التعرف على أصدقائنا الحقيقيين.

لا بد من التخلص من المراءاة والزيف، والتصرف على نحو لا يلحق الأذى المتعمد بالآخرين.

يجب عدم إغضاب الأصدقاء أو الإستخفاف بهم أو استعدائهم أو إعطائهم سبباً لأن ينمّوا مشاعر غير ودية نحونا. ويجب عدم إساءة معاملة الأصدقاء أو استغلالهم أو تقديم النصيحة لهم ما لم يطلبونها، وعندما يطلبونها يجب تقديمها بإخلاص ولطف، دون خوف من التبعات. الأصدقاء يساعدون بعضهم بالإنتقاد الأخوي البناء.

تجارب الحياة الصعبة لا تأتي لكي تشل إرادتنا وتهزمنا، بل لتشحذ عزمنا وتعزز إيماننا بالله وثقتنا بأنفسنا. البعض يظن أن تلك التجارب والتحديات قوىً مدمرة لا تـُقهر.. فيستسلمون.

الموقف النفسي الصحيح كفيل بتنشيط القوى الباطنية للتعامل بفعالية مع الحياة وتجاربها.

إن لم يتصارع الشخص مع شخص أقوى منه فلن يصبح قوياً. وبالمثل عندما نواجه صعوباتنا بجرأة وبقوة نفسية نصبح أكثر قوة ومنعة.

عقولنا هي جزء لا يتجزأ من وعي الله الكلي. وتحت موجة وعينا يقبع محيط وعيه اللانهائي. عندما تنسى الموجة أنها جزء من المحيط الأعظم تفصل ذاتها عن تلك القوة الأوقيانوسية. ونتيجة لذلك أصبحت عقول الناس واهنة بفعل القيود المادية ولم تعد قادرة على العمل المثمر والإنتاج الوفير. عندما تنفض العقول عنها غبار الجهل وتقطع القيود المكبلة لقواها ستصبح أكثر قدرة على الإبداع والتفاعل بإيجابية مع الحياة.

عندما تتمسك بفكرة معينة وتشحنها بإرادة قوية تتحول تلك الفكرة إلى قوة ديناميكية. وعندما يصبح الفكر ديناميكياً يتمكن من خلق المناخ الملائم للنجاح طبقاً للخريطة غير المنظورة المرتسمة في الذهن.

يفشل الناس لأنهم يستسلمون لظروف الحياة القاسية دون مقاومتها بدلا من مقاومتها دون استسلام.

لا بد من تمرين وتفعيل قوة الإرادة.

الذين يدخلون محراب السكينة يمكنهم التواصل روحياً مع نفوس أخرى محبة لله ويمكنهم فهم لغة الورود وكل الكائنات الحية.

يا رب، لتكن الملك الأوحد المتربع على عرش حبي وأشواقي.

الذين يتأملون يشعرون بطمأنينة مدهشة ويجب المحافظة على تلك السكينة الداخلية حتى في صحبة الآخرين. ما يتعلمه الشخص في التأمل يجب ممارسته في النشاط وأثناء التفاعل

مع الآخرين دون السماح لأي كان بالتشويش على هدوئه أو تعكير سلامه.

عندما ترغب بإنشاء عادة جيدة أو القضاء على عادة سيئة، ركّز على خلايا الدماغ حيث تتموضع آليات العادات على اختلافها.

لإنشاء عادة جيدة، أجلس أولاً بهدوء وتأمل ملتمساً العون الإلهي. ركّز ذهنك على محور الإرادة في الجبهة ما بين الحاجبين وبعمق أكد لنفسك العادة التي تريد أن تغرسها في الدماغ. وعندما ترغب في القضاء على عادات سيئة، احصر أيضاً انتباهك في مركز الإرادة وأكد بعمق أن كل الأخاديد التي تعشش فيها تلك العادات يتم مسحها. بالتركيز وقوة الإرادة يمكنك مسح حتى الأخاديد العميقة للعادات القديمة المستحكمة. أكد لنفسك مراراً وتكراراً أن لديك من قوة الإرادة ما يكفي لاستئصال جذور العادات غير السليمة من منطقة الدماغ.

الوقت الأنسب لمثل هذا التأكيد هو الصباح الباكر عندما تكون الإرادة والإنتباه يقظين.

واصل التأكيد لنفسك بأنك متحرر من كل الإملاءات وستجد يوماً ما أنك - بعون الله - قد تحررت بالفعل من العادة التي تريد التخلص منها.

مهما كان الشيء الذي تخشاه، ابعد فكرك عنه واتركه لله. عزز يقينك بالله وثق بأنه قادر على مساعدتك.

إن قدراً كبيراً من المعاناة ناجم عن الهم والقلق. لماذا يتعين عليك أن تتألم والشيء الذي تخشاه لم يقع بعد؟ تصور نور الله الواقي يحيط بك من كل جانب وستشعر بحمايته العجيبة.

بما أن معظم اضطراباتنا تأتي عن طريق الخوف، فإن أقصينا الخوف من حياتنا سنشعر بالحرية وسيكون الشفاء فورياً. كل ليلة وقبل النوم مباشرة أكد لنفسك أن الله معك وأنه يحميك ويرعاك.

في هذه المسرحية الكونية، يقوم البشر من كل الأجناس بتمثيل دراما الحياة على مسرح الزمن. يجب أن ندرك مغزى الحياة دون الإنهماك الزائد أو التحقق المفرط مع أدوارنا المؤقتة.

إن إدراكنا للحياة كثيراً ما يشوبه التشويه والإنحراف لأننا ننظر بعيون الأنانية والأفق المحدود، ولو نظرنا بعين الروح لأبصرنا الأمور من منظور آخر تماماً.

عندما نفتح عين الحكمة نبصر نور الله الشامل، وفي ذلك النور نعاين طبيعتنا الروحية التي هي انعكاس لطبيعة الوعي الكلي الذي يتخلل كل جزيئات وأجزاء الكون.

الحقائق الروحية تحيط بنا وتقرع على أبواب عيوننا المغمضة وتستحثنا كي نبصر النور بدل الظلمة ونعمل بوحي الحكمة وليس الجهل ونملأ قلوبنا بالمحبة لا بالكراهية ونتعاون على إحلال السلام وجلب الوفرة والأمن إلى عالمنا. عندما نفعل ذلك سيتبدد الجهل وتنعدم الفوارق الوضعية وسنبصر الوحدة في التعداد ونصبح أكثر توافقاً من الإرادة الإلهية.

إن علاقتنا مع الله ليست علاقة باردة أو علاقة غير قائمة على الحب والدفء كالعلاقة بين رب العمل والأجير. نحن عياله واهتمامه بنا لا يتوقف، وهو يصغي لنا على الدوام. إننا جزء لا يتجزأ من كيانه وعلاقتنا به حية وحيوية.

لقد وهبنا خالقنا ثروة لا تنضب من المحبة والفهم والبصيرة والإرادة الطيبة والقوة الروحية، لكن معظمنا بدد تلك الثروة على اللاشيء. الله يريدنا أن نحيا بأمن وطمأنينة وتعاون ودي كما يليق بأفراد أسرة نبيلة متحابة، لكن الأطماع والحسابات الأنانية نبتت وترسخت في النفوس وفرقت ما بين الأهل.

الله يريدنا سادة لكننا اخترنا أن نكون عبيداً.

لقد ابتعد الإنسان كثيراً عن بيته السماوي وفقد الفردوس الباطني المتمثل في الإحساس بقربه من الله وقرب الله منه، ولن يتمكن من استعادة ذلك الفردوس دون مجهود ذاتي.

لقد خلقنا الله على صورته ولكن غابت تلك الحقيقة عن أذهاننا. لقد استسلمنا للوهم بأن قـَدرَنا هو العناء ومآلنا الفناء، ويجب أن نمزق حجاب الوهم بخنجر الحكمة لنرى الحقيقة الناصعة من خلف الحجاب.

من نحن وما هي طبيعتنا الحقة؟

البشر لديهم فوارق ظاهرية بيّنة، سواء من حيث تركيبتهم السيكولوجية أو العاطفية أو الأدوار التي يلعبونها في الحياة أو الأعمال والنشاطات التي يمارسونها أو الرغبات التي يحسّ بها كل منهم لكن تحت كل هذه الفوارق يكمن شيئان اثنان يريدهما بل ويحتاجهما كل إنسان دون استثناء. أحدهما هو التحرر من كل صور التألم والعوز. أما الشيء الآخر فهو السعادة التامة والدائمة.. الرضاء الكلي حيث السلام والحب والحكمة والفرح.

في الحقيقة إن ما يسعى البشر لبلوغه هو الله، سواء استخدموا تلك التسمية أم لم يستخدموها. الحكماء يقولون أن الله هو جوهر الغبطة وروح السعادة. ولن يشعر الإنسان بالرضاء التام ما لم يستق مباشرة من الينبوع الكوني. وتلك نقطة محورية لفهم الحالة البشرية.

ولكن أين يبحث الناس عن ضالتهم المنشودة؟

يبحثون عنها في الأمور الدنيوية فقط: في الممتلكات والظروف الخارجية والعلاقات مع أشخاص آخرين. إنما مستحيل العثور عليها في أي شيء أو في أي شخص أو في أي ظرف في هذا العالم نظراً لطبيعة الخليقة نفسها.

الخليقة قائمة على مبدأ الثنائية. يستحيل الحصول على صورة بلون واحد فقط، إذ لا سبيل للإستغناء عن النقيض. وبالمثل، مستحيل أن يوجد مظهر واحد من مظاهر الوجود

بمعزل عن الازدواجية. لكن لدى تمحيص الرغبات التي تحرّك الناس نجد أن كل منا يرغب فقط بالحصول على الأشياء الطيبة، الممتعة، الجميلة، والإيجابية دون أدنى رغبة في التعامل مع كل ما هو كريه وغير مستحب.. إنما ذلك من المستحيلات.

في هذا العالم الثنائي لا وجود للذة دون الألم، أو للنور دون الظلام، أو للخير دون الشر، أو للحياة دون الموت. لا يمكن فصل أحد وجهيّ العملة عن الوجه الآخر. وهذا يعني أن ما نتشوق إليه في أعمق أعماقنا لا يمكن الحصول عليه من هذا العالم.

الناس يبحثون.. أجل يبحثون بكل ما أوتوا من قوة لكنهم غير قادرين على العثور على ما يبحثون عنه مما يخلق في نفوسهم القنوط وفقدان الأمل. ولا يؤدي ذلك إلى القنوط وحسب بل إلى استياء كبير وغضب عارم، وبالتالي إلى أعمال عنف.. هذا كله يحدث لأنهم لا يبحثون عن ضالتهم في المكان الصحيح، ونتيجة لذلك لا يعثرون على مُنية قلوبهم

الناس في عصرنا هذا لا يعرفون الكثير عن معنى الحياة وغايتها، ولذلك يعانون من الحيرة والإرباك.

الإنسان في طبيعته كائنٌ يبحث عن هدف. فإن لم يكن له من هدف في الحياة، وإن كان عقله وطاقاته وإرادته وعواطفه غير موجّهة في منحى إيجابي بنـّاء يتحول إلى اتجاهات مدمرة كتعاطي الكحول والمخدرات واللجوء إلى العنف وهلم جرّا. الغاية الأسمى للحياة هي معرفة الله... ويتعين على الإنسان إحداث توافق بين أدواره ونشاطاته الخارجية عن طريق العمل الصحيح والنظرات السليمة والمواقف الإيجابية والتصريف النافع للعواطف.

هذان المظهران لطبيعتنا: المظهر الباطني أو الروحي والمظهر الخارجي ليسا في تناقض مع بعضهما فيما لو تم فهمهما على الوجه الصحيح. بل يدعم أحدهما الآخر ويساعداننا على تنمية وتطوير قدراتنا وإمكاناتنا مادياً ونفسياً وعاطفياً وروحياً.

الناس يعيشون في فراغ كبير دون حوافز فكرية أو منشطات نفسية.. يشعرون بالسأم لانعدام الغاية ولفقدان ما من شأنه أن يعطي لحياتهم قيمة ومعنى. الشخص العادي قد يستطيع العمل والتصرف كما لو كان متكاملاً من الناحيتين النفسية والعقلية، ولكن هل هو سعيد؟

الغاية الرئيسية من الحياة هي معرفة من نحن وما هي طبيعتنا الحقة. فإن أولينا الجانب الأعمق من الحياة الاهتمام الذي يستحقه لا بد أن نشعر بالسعادة لأن سعادة الإنسان مرتبطة بتواصله مع ذاته الروحية التي لا كيان ولا كينونة له بدونها.

الخوف من الفشل أو المرض يتم تغذيته بالتفكير الدائم به حتى تتسرب فكرة الفشل من العقل الواعي إلى العقل الباطن وصولاً إلى الوعي السامي. بعد ذلك يبدأ الخوف المترسخ في اللاشعور والوعي السامي بالتفريخ والنمو حتى يملأ العقل الواعي بنباتات الخوف التي ليس من السهل القضاء عليها كالقضاء على الفكرة الأولية عند بزوغها وهذه النباتات الضارة تثمر أخيراً ثماراً سامة ومميتة. إنما لحسن الحظ يمكن استئصال جذورها من الداخل بالتركيز القوي على الجرأة وبتطعيم الوعي بالإيمان المطلق بالله وبأنه قادر على مساعدة الراغبين في مساعدة أنفسهم وحمايتهم من الأذى.

ذات مرة كانت فقاعة صغيرة عائمة على سطح البحر، متوجسة من العواصف والبروق، فسمعت صوتاً يهمس لها: أيا فقاعة الحياة الصغيرة، ما خطبك؟

ألا تعلمين أنكِ جزء من محيط الحياة؟ فنظرت الفقاعة الصغيرة حولها وأدركت تلك الحقيقة.

الوعي البشري يعوم كالفقاعة الصغيرة على سطح بحر الوعي الكوني، ظاناً أنه فقاعة مؤقتة، مرتعداً من المرض والفاقة والموت. أيا أيتها الفقاعة، أمن المحيط تخشين؟ انظري حولكِ.. تأملي جيداً وحوّلي نظرتك من محيطك الصغير، إلى

محيط الله اللامتناهي، تعمقي.. تعمقي ووسّعي الإدراكْ، كي تعلمي وتوقني بأنكِ واحدة مع بحره الفسيح، وأن الله معكِ يحرسكِ، يعيلكِ، الآن .. وإلى الأبد

تلافي الشِباك والأحابيل

كلما شعرت برغبة قوية في قلبك تلح عليك كي تحققها،استخدم التمييز واسأل نفسك "هل هي رغبة طيبة لا بأس من تحقيقها أم رغبة سيئة يتعين عدم تكريمها بالتحقيق؟" الرغبات المادية غير السليمة تشجع عاداتنا السيئة بإعطائنا آمالاً كاذبة وسعادة مزيفة في مثل تلك الحالات يتعين استدعاء قوى التمييز لإظهار الحقيقة. العادات السيئة تقود في نهاية المطاف إلى التعاسة. وإذ يفتضح أمرها وتظهر على حقيقتها تصبح عاجزة عن اصطياد الإنسان بأحابيل المعاناة وشباك الشقاء.

تأملات وحكايات

في الحياة وفي الممات.. وفي الأحزان والملمات يبقى إيماني بك يا رب قوياً لا يتضعضع راسخاً لا يتزعزع.

كل نفثة من نفثات حنيني وابتهالي تفتح في روحي أبواباً ونوافذ منها أعبر إلى نعيم الله.

مثلما تسطع الشمس على أكثر الأماكن اكتظاظاً هكذا سأبصر إشعاعات الحب الإلهي في كل مجالات حياتي ونشاطاتي اليومية.

باركني يا رب كي أوقظ روحي مع صحوة الفجر وآتي بها إلى أعتابك المباركة.

قصة غزال المسك

المسك هو مادة ثمينة وذات عطر نفاذ، توجد في سرة غزال المسك الذي يقطن أعالي جبال الهملايا.

حالما يبلغ الغزال سناً معينة يبدأ المسك الفتان بالتسرب سِرةً من سُرّته، فيهتاج الغزال لذلك العطر الجذاب ويأخذ بالتراقص والتفتيش عن مبعث تلك الرائحة الطيبة.

ينتقل من مكان إلى آخر، يتشمم ما بين الصخور وتحت الأشجار ويبحث في كل مكان عن مصدر ذلك العبير المثير.

أخيراً يتملكه الحنق ويصبح أكثر إثارة وقلقاً عندما تعييه الحيلة ويعجز عن العثور على ما يبحث عنه بشوق وشغف.

وفي محاولة أخيرة للوصول إلى مصدر المسك، يقفز من المنحدرات الصخرية الشاهقة إلى الوادي السحيق ليواجه مصيره ويلقى حتفه، فيتمكن إذا ذاك الصيادون من الإمساك به ويستلون منه كيس أو غدة المسك.

وفي هذا الصدد، أنشد أحد القصاد المستنيرين ما معناه:

غزالَ المسكِ يا أحمق

لمَ تشقى لمَ تأرقْ؟

فهذا المسكُ موجودٌ

بكيسِ بطنكَ يا أخرق!

ولو لامستَ بالخيشومِ

منكَ السرّةْ إذ تعبقْ

لكنتَ فزتَ بالمأمولِ

وعشتَ دونَ أن تنفقْ

ألا تظنون يا أصدقاء أن معظم الناس يتصرفون كغزال المسك؟ فهم يبحثون عن السعادة المتضوعة دائماً وأبداً في كل مكان خارج أنفسهم.

أجل.. يبحثون عن السعادة في اللعب، والإنهماك حتى الإنهاك في الشهوات والمشتهيات.. ويتسلقون دروب الثراء الزلقة إلى أن يقفزوا في نهاية المطاف من جروف الآمال العالية إلى صخور الإحباط والإخفاق عندما يعجزون عن العثور على السعادة الحقيقية المختزنة في أعمق أعماق نفوسهم.

فلو توجهنا بأفكارنا نحو الداخل، وتأملنا بعمق لعثرنا في سكينة الروح على مصدر السعادة الحقيقية والدائمة التي ننشدها.

يجب ألاّ نكون كغزال المسك كي لا نفنى بحثاً عن السعادة في الأماكن الخطأ، بل يتعين علينا أن نتيقظ ونحاول العثور على السعادة في ذاتنا وليس خارجها.

حكاية الزر

ذات مرة أتى إليّ رجل وقال أنه يعاني من مرض مزمن في القلب وأضاف:

"لقد حاولت أشياء كثيرة لكنني عاجز عن التخلص من وجع القلب."

وبعد تفكير هادئ طلبت منه أن يُحضر لي مقصاً، فنظر إليّ مرتعداً وقال:

"هل تعتزم يا سيدي شق قلبي؟"

فضحكت وأجبته قائلاً: "أنا لست طبيباً، وهل سمعت في حياتك كلها عن إنسان يستعمل المقص لإجراء عملية جراحية؟!"

أخيراً أحضر مقصاً على مضض، فقمت بقطع أحد أزرار معطفه وطلبت منه أن لا يخيّط زراً آخر مكانه، وألا يضع يده على موضع الزر المفقود، كما طلبت منه أن يعود إليّ بعد أسبوعين، وكنت أتوقع أنه سيشفى خلال تلك الفترة.

ضحك الرجل قائلاً: "سأفعل ما طلبته مني لأنني أثق بك، لكنيي أعتقد أنه أغرب دواء وُصف لي حتى الآن!"

وبعد أسبوعين أتى إليّ مهرولاً وقال مندهشاً:

"لقد أكد لي الأخصائيون أنني شفيت من مرض القلب. فبالله عليك ماذا فعلت؟ هل أخرجت عفريتاً من الزر؟"

فأجبته باسماً: "نعم! إن يدك كانت تلعب بالزر باستمرار وكان الزر محاذياً للقلب.

ذلك الزر كان العفريت الذي سبّب لك آلام القلب. لذلك قطعت الزر وطلبت منك عدم استبداله أو وضع يدك على قلبك. وبهذه الطريقة تخلص القلب من الضغط وكف عن إيلامك!"

كل شيء يتحرك بسرعة، والناس منهمكون في عمل أشياء كثيرة. طبيعي أنه من الأفضل أن يجني الإنسان غلة العالم بدلاً من إضاعة الوقت سدىً بحيث يتخطاه الموسم و (يطلع من المونة بلا حمّص). ولكن يجب أن يجني الإنسان أغنى محاصيل الحياة .. التقرب من الله والتعرف عليه. والطريقة الوحيدة لبلوغ السعادة الحقيقية هي إنجاز شيء ما في هذا العالم، وأيضاً تحقيق النجاح الروحي.

العارفون بالله لا يشرعون بواجباتهم اليومية قبل التأمل على الله أولاً وشحن عقولهم وأجسامهم بالطاقة الإلهية المباركة.

إن متطلبات العالم الكثيرة تعمل على صد الراغبين في الوصول إلى هدفهم الروحي وحرفهم عن المسار الذي اختطوه لأنفسهم. لكن ذوي الإرادات الماضية لا يسمحون لأي شيء بأن يبعدهم عن الطريق فيواصلون السير بهمة بصرف النظر عن الظروف الصعبة والمعاكسة.

مهما أعطانا العالم فلن يُرضي حنين قلوبنا التي تتشوق إلى شيء أكثر ثباتاً وأعظم شأناً وأثمن من كل ما تحويه خزائن الدنيا ونفائسها.

عندما يتوفى المرء – طالت أعماركم – فلن تقدر كل قوى الأرض على عمل أي شيء له. من يستطيع مساعدتنا بعد

مغادرة هذا العالم؟ الله. ولذلك يجب أن نفكر دوماً أن هذا العالم هو مجرد محطة مؤقتة في طريقنا إلى البيت السماوي لنحيا للأبد في رحاب الرحمن.

الثراء الزائد لا يضمن امتلاك الصحة والسلام والفعالية، لكن تحصيل السلام والفعالية من شأنه تحقيق نجاح متوازن على المستويين الروحي والمادي.

معظم الناس ينمّون الفعالية العقلية لبلوغ النجاح المادي لا غير. لكن عندما يصبح الإنسان سيد ذاته ويحسن تصريف قواه النفسية والتصرف بها على نحو متسق مع الخطة الإلهية ستتبارك حياته وسيتذوق رحيق الروح وهو على هذه الأرض، ولن يبقى أسير العادات والرغبات، بل سيتحول وعيه إلى قلب الحضور الإلهي وسيمكث فيه متنعماً بمسرات متجددة تعصى على الوصف.

الجسم أعظم صيدلية

لقد اكتشف الباحثون في مجال العلوم الطبية أنه عندما نشعر بفيض من الفرح يقوم الجسم بإنتاج مضاد للإكتئاب ومواد أخرى تقلل من التوتر والإجهاد، لا تقل قوة ونجاعة عن تلك التي يصفها الأطباء. الجسم هو أعظم صيدلية على هذه الأرض، وله القدرة على إنتاج الشيء الصحيح في الوقت الصحيح عندما نكون في تناغم مع ذلك الإنسجام الروحي الذي وضعه الله في الجسم.

ليس كل التوتر ضاراً، فالتوتر يوقظ الطاقة الحيوية التي تسري في أجسامنا ويستحث فينا النشاط والحركة. وقد أثبتت الدراسات أن مقداراً معقولاً من التوتر هو شيء مفيد.

لكن المشكلة تكمن عندما يتخطى التوتر المستوى الصحي.

كل منا لديه حدٌ شخصي للتوتر، وعندما يتم تخطي ذلك الحد نصبح متوترين أكثر مما ينبغي، وقد لا نكون على دراية

بذلك قبل أن تبدأ المشاكل بالظهور في الجسم والعواطف والعقل.

الحياة مع الله هي بهجة وفرح، وبدون الله قلق واضطراب وعناء بل وكوارث أيضاً. فما هو السبيل لاستخلاص السلام والطمأنينة من حياة تسودها المصائب والفواجع، ولجلب بعض النعيم إلى هذه الأرض؟

المطلب الأول هو أن نكون على دراية بضغوطات الحياة عندما نقع تحت تأثيرها.

إن الله حكيم عليم، وقد زوّد أجسامنا بمؤشرات كالراحة والمضايقة والهدوء والقلق وعلينا أن نتنبه لتلك المؤشرات. يوجد ذكاء إلهي في أجسامنا ويحاول أن يخبرنا شيئاً ما، ويجب الإصغاء إلى تلك الرسائل خلال أوقات الإجهاد أو الراحة. عندما تشعر بالإجهاد ركّز الذهن على ذلك الجزء من الجسم الذي يعاني من الإجهاد ثم خذ نفساً عميقاً وفي نفس الوقت قم بشد ذلك الجزء - شداً غير عنيف - حتى يهتز، ثم استرخِ وأوقف الشد العصبي. هذا من شأنه الإبقاء على توازن طاقي وحيوي في الجسم ويحفظ الجسم من أضرار التوتر.

كما يمكننا التعامل مع التوتر العاطفي عن طريق التنفس. فعندما تشعر بالخوف أو أية انفعالات أخرى ضارة، تنفس شهيقاً وزفيراً ببطء وبعمق وبإيقاع منتظم عدة مرات، ودع الجسم يسترخي مع كل زفير. هذا سيساعد على إبطاء ضربات القلب المتسارعة ويعيد العمل الطبيعي للدورة الدموية كما يساعد على انسياب طاقة الحياة في الأعصاب ويساهم في إراحة العقل من الأفكار الناشزة.

الحياة ليست حالة من الطوارئ، بل هي تعبير إلهي جميل وعلينا أن نستمتع بها. ولنتذكر أن الإبتسامة قوة إن لم نستعملها نفقد جانباً هاماً من جوانب الحياة.

الإنسان روح وله عواطف ومشاعر، وله جسد يرتديه كثوب أو معطف خارجي. ولكن ما دمنا نعيش على مستوى الجسم والإنفعالات وحسب سنقع تحت التأثير السلبي للتوتر والإجهاد.

عندما نكون على توافق مع طبيعتنا الجوهرية التي هي الروح، ينساب فرح الروح إلى القلب ويتحول إلى حب، والإحساس بذلك الحب المتصل بسلام وطمأنينة الروح والعمل والتعامل تحت تأثيره التوافقي هي الطريقة الأنسب للعيش الطبيعي في عالم يعج بالتوترات والتناقضات. والتناغم مع ذلك الفرح هو الحل لمشاكل الحياة.

ملاحظة: بخصوص العبارة: "يقوم الجسم بإنتاج مضاد للإكتئاب ومواد أخرى تقلل من التوتر والإجهاد، لا تقل قوة ونجاعة عن تلك التي يصفها الأطباء." فهذه ليست نصيحة للإستغناء عن المشورة والوصفات الطبية، ولذا اقتضى التنويه.

معادلات مغناطيسية

شخص قوي الحضور وذو ميول شريرة + شخص طيب القلب لكن ضعيف الشخصية = تغلّب المغناطيسية الشريرة على الطيبة.

شخص ضعيف الشخصية ذو ميول شريرة + شخص قوي الشخصية ذو ميول طيبة = تغلّب المغناطيسية الطيبة على الشريرة.

مغناطيسية روحية ضعيفة + مغناطيسية حيوية شريرة = مغناطيسية شريرة قوية.

قوة أخلاق متينة + قوة أخلاق ضعيفة = قوة أخلاق أعظم.

شخص غضوب عنيف الطباع + شخص دمث رقيق الطباع = تغلّب مغناطيسية الغيظ على الدماثة.

طباع قوية متزنة وهادئة + طباع تجنح أحياناً إلى السخط = تغلّب مغناطيسية الهدوء.

فشل متأصل مزمن + فشل أقل تجذراً = مغناطيسية إخفاق قوية.

نجاح إيجابي قوي + نجاح أقل إيجابية = نجاح معزز.

اهتزاز فشل قوي + اهتزاز نجاح قوي = إما مغناطيسية فشل قوية أو مغناطيسية نجاح قوية، وفقاً للبيئة والظروف.

عقل راجح جبار + جهل مطبق = إما فطنة وحذق أو جهالة وغباء.

قوة روحية باهرة + قوة عملية مميزة = مغناطيسية روحية – عملية بارزة بامتياز.

لو تسنى للناس رؤية حشود الكائنات الكوكبية في الأثير من حولهم ... فلربما حاول البعض البحث عن أحبته المفارقين. لقد فتح الله عيني الروحية وإنني أرى العديد من تلك النفوس التي غادرت المستوى الأرضي. بالتركيز العميق على العين الروحية (وسط الجبهة) يمكن بالرؤية الداخلية معاينة العالم المشع الذي تحيا فيه كل الأنفس الطيبة التي انتقلت إلى المستوى الأثيري.. إلى جوار الرحمن.

في البشر يعمل القلب كجهاز استقبال لاسلكي والعين الروحية كجهاز إرسال. وحتى لو لم تستطع رؤية أحبتك المفارقين، فإن ركّزت مشاعرك بهدوء على القلب تتمكن من الشعور بحضور أولئك الأعزاء عليك الذين يعيشون الآن في أجسام أثيرية، ينعمون بسلام وأمان الله و يستمتعون بتحررهم من أسر الجسد فترتاح لراحتهم ويطمئن قلبك عليهم.

عندما أتلفظ باسم الله يذوب كياني بأسره في الفرح الأعظم. لكن تلك الحالة لم تأتني إلا بعد بذل مجهود كبير. لم أكن في البداية من ذوي الأشواق إذ كان عقلي آنذاك في مهب الريح. أما الآن، فما أن أضع فكري ويقظتي في المركز الروحي: {في الجبهة ما بين الحاجبين} حتى تتلاشى كل الأفكار وبتوقف التنفس من تلقاء ذاته ويكف القلب عن النبض وتهدأ ثائرة العقل

وتتوارد على النفس الأحوال فأختبر الإنتشاء الروحي وتغمرني الغبطة الإلهية.

أقوال ذهبية

السعادة هي حقي وميراثي وكنزي الإلهي المخبأ. وجهني كي أعثر داخل ذاتي على النفائس التي تفوق أحلام الملوك.

* * *

الحياة حركة ذكية وذات إيقاع منتظم .. تصوغ ذاتها في الجماد .. أو تتخذ شكلاً حياً ومتحركاً .. الحياة شاملة وتتخلل كل شيء.

* * *

أيها المحب الأعظم، أنت الحياة.. وأنت غايتي ومطمحي.

* * *

اجعلني وردة ناضرة في بستانك السماوي، أو خرزة متلألئة في عقد حبك الوضاء، أو أعطني أعظم شرف: أصغر مكان في قلبك.

* * *

حيثما يقدّر الآخرون جهودي في عمل الخير فذلك هو المكان الذي فيه أستطيع تقديم أعظم خدمة.

* * *

لننسج بساط الأحلام الذهبية بخيوط حريرية من الذكريات العذبة والأفكار الراقية.

* * *

الحُب يشبه ورق الصنفرة الذي يصقل العقل ويزيل الخشونة من الطبع.

* * *

إن الجائحات والنوازل والتغيّرات العنيفة التي تحدث في الطبيعة وتجلب معها الخراب والدمار والضرر الجماعي ليست "قـَدراً إلهياً". هذه الكوارث تنجم عن أفكار وأفعال الإنسان. فحيثما يختل ميزان العالم الإهتزازي للخير والشر بتراكم الأمواج والذبذبات الضارة المؤذية بفعل نوايا الإنسان السيئة وأفعاله الخاطئة تعم الفوضى ويحدث الدمار على نطاق واسع.

* * *

سأتخذ من كل شعب أفضل ما لديه، وسأستحسن الصفات الطيبة لكل القوميات دون التركيز على عيوبها.

* * *

وكما نهتم بالقيمة الغذائية لطعامنا اليومي، هكذا يجب أن نبدي اهتماماً بمغذياتنا النفسية التي نقدمها لعقولنا كل يوم.

* * *

الكلام العذب ترياق عجيب للعديد من الأمراض وفيه قوة سحرية ومغناطيسية جبارة تجلب الكثير من الخيرات والبركات لصاحبه. فالذي يستخدم الكلام العذب المهدّئ للخواطر يشعر بتيار خفي ينساب من خلاله دون انقطاع ويمتلئ كيانه بفيض من الطمأنينة لأن ذلك التيار متصل بمصدره الأعلى الدائم التدفق والجريان إلى النفوس المتناغمة مع ذلك المصدر، وسيتمكن من نقل السعادة إلى النفوس المتعطشة للسلام.

* * *

كم من كلمة طيبة نابعة من القلب بددت أحزاناً كثيرة.. وكم من أصواتٍ حكيمة أنارت دروباً مظلمة بمصابيح البهجة والطمأنينة!

* * *

إننا ننمو من خلال كل تجربة نمر بها ما دمنا ندرك أن بمقدورنا استخلاص دروس نافعة منها. فلكل ما نختبره من ألم ومعاناة معنىً وغاية.

* * *

وبالرغم من قسوة التجارب، لكنها كالنار التي تصهر خام الحديد لتحوله إلى فولاذ جميل المنظر، قوي التحمّل، ومتعدد الاستخدامات.

* * *

إن جميع الإنجازات البارزة في حياتي تحققت عن طريق قوة العقل المتناغم مع الله. فعندما يكون مولـّد الكهرباء الإلهي شغالاً يتحقق كل ما أتمناه دون استثناء، إذ يرتسم أولاً كتصميم أثيري غير منظور ثم يتجسد بقوة لا تقاوم على أرض الواقع.

* * *

عندما يهمس الفكر لله همساً وجدانياً حاراً نابعاً من أعماق نفس مشتاقة سيلامس نداء الروح القلبَ الكوني وستأتي الإجابة ومعها فرح عظيم. الهمس الفكري ينمي الإرادة إلى أن تمتلك من القوة ما يكفي لتحقيق الهدف المنشود.

* * *

عندما يتناغم عقل الإنسان وإرادته مع الله فإنهما يُشحنان بقوة لا حد لها بحيث يصبح مجرد التفكير بأمر ما كفيلاً بتحقيقه لأن القانون الإلهي يعمل لصالح المتناغمين مع الإرادة العليا.

* * *

يجب ألا يكرس الإنسان كل قدراته العقلية التي وهبها له الله للبحث عن أمور زائلة، وإلا سيفقد ذاته في متاهات المادة ويخلق لنفسه قيوداً ومحدوديات هو بغنى عنها. وعليه بدلاً من ذلك أن يستخدم قواه العقلية في تحصيل ضرورات العيش والسعي لتطوير ملكاته المعنوية بغية التمييز بين الخطأ والصواب والضار والنافع.

* * *

الحقيقة تكمن ما وراء الآراء والنظريات وكثيرون ممن ينتهجون هذا الأسلوب يصبحون مقيدين باستنتاجاتهم الذاتية.

* * *

افتح يا رب أبواب السكون واحرس محراب أفكاري الروحية من هجمات الوساوس الشريرة.، ولتتفتح ورود أشواقي في بستان قلبي وأنا في انتظار فجر قدومك.

* * *

لا قدرة للمعرفة النظرية على اكتساب العلم الإلهي ومن المستحسن ألا يصرف المرء وقته الثمين على نظريات لا يمكن تطبيقها على أرض الواقع وإلا سيجد نفسه في خضم أدغال فكرية كثيفة وغير قادر على تخطي نطاق النظريات.

* * *

السعادة هي ثمرة الانتصار النفسي على ظروف الحياة المتقلبة.

* * *

من يعترف به الله قد يكون مجهولاً بالنسبة للعالم.

* * *

إن برمجَ الإنسان نفسه بمعرفة نظرية [دون اختبار فعلي] سيصبح كجهاز تسجيل متنقل يكرر أقوالاً مأثورة ويردد عبارات سامية فيعتبره الآخرون عالماً متفقهاً لكن مثل تلك المعرفة لا يعززها إدراك مباشر للحقيقة ولا يوازيها تحصيل روحي.

* * *

المشاكل ستتواصل في العالم، فإلى أين يمكن التوجه طلباً للإرشاد والهداية؟ أفكار المرء المستوحاة من عاداته وتحامله وأحكامه المسبقة وتعصبه لا تجدي نفعاً، ومؤثرات بيئته وعائلته وبلده أو عالمه لا قدرة لها على التوجيه الصحيح. ولذلك يجب التوجه إلى الله والإصغاء للصوت الهادئ الهادي الصادر من أعماق النفس المتناغمة مع الحق.

* * *

افتحوا قلوبكم للفيض الرباني كي ينساب من خلالكم ويملأ حياتكم بالخيرات والبركات الروحية.

* * *

مهما كانت الأعمال التي تقوم بها والإنجازات التي يمكنك تحقيقها تذكّر دوماً أن الله هو المصدر الذي يمدك بكل القوى التي تحتاجها للعمل والإنجاز.

* * *

دعني أتذكرك يا رب في الفاقة وفي الرخاء، في المرض وفي الصحة، في الجهل وفي الحكمة، ودعني أبصر نورك المبارك الذي يمنح العافية والشفاء في التو واللحظة.

* * *

في خلوة أفكاري أحنّ لسماع صوتك المبارك. أبعِد عني الأصوات الأرضية الخشنة المتوارية في طيات ذاكرتي.. أريد الاستماع لصوتك الهادي والمنشد على الدوام في سكينة نفسي.

* * *

في الحياة ظلام دامس وأحياناً تتعثر الأقدام وتحجم عن الإقدام، ويجب أن نجعل نور الله مصباحنا الكشاف أثناء سيرنا على دروب الحياة المظلمة. فهو بدر التمام في ليالي الجهل والظلام.. وهو شمس الإشراق في ساعات اليقظة، ومنارة

الإرشاد ونجم القطب لعابري بحور ظلمات الوجود الأرضي الموقوت.

* * *

آن الأوان لأن يوقظ الإنسان وعيه من غفوة النسيان إلى صحوة الروح.

* * *

نسألك يا رب أن تبتعث وعينا من سراديب الغفلة والأفكار الضيقة المحدودة إلى آفاق السلام والنور والمحبة والتعاطف الإنساني الشامل.

* * *

ستنصلح الأمور في نهاية المطاف لأن قوى الله وعجائبه محتجبة خلف تناقضات الحياة البشرية، ومن لا يقتنع بحتمية الأوضاع ويحاول النفاذ بعقله وإيمانه إلى ما وراء الحجاب سيُفتح له الباب الذي [بكل يدٍ مؤمنةٍ يُدقُ]

* * *

الإيمان لا يعني أبداً أن يكون الإنسان متهوراً، أو ألا يتعامل بحكمة مع الظروف، إنما بغض النظر عما يحدث يجب أن يؤكد الشخص لذاته أن الله وحده قادر على مساندته في الظروف الصعبة والعصبية إن هو توجه إليه بقلبه وروحه وأحاسيسه جميعاً.

* * *

لو أن حواسنا نقلت إلينا الحقيقة كاملة لرأينا الأرض على هيئة أنهار من الإلكترونات، ولأبصرنا كل ذرة من الغبار ككتلة متدحرجة من النور.

* * *

إن الذين يَنفذون ببصيرتهم من المادة إلى الروح يدركون طبيعة الوهم ويعرفون جوهر الحقيقة.

* * *

سواء كان الشخص في أدغال أفريقيا أو في ساحة الحرب أو يعاني من المرض أو الفقر يجب أن يقنع نفسه بأن يد الله أقوى من الخطر وقادرة على حماية المستجيرين به.

لا توجد من طريقة أكثر فعالية للحماية. طبعاً يجب أن يستخدم المرء المنطق في تعامله مع الأحداث وفي نفس الوقت يثق ثقة تامة بالعون الإلهي.

* * *

إن الحب الذي يسكن قلوب كل المخلوقات .. حب كل الأمهات والآباء والأصدقاء والأحباب.. هو منبثق عن الحب الإلهي.

* * *

يجب التمييز بين الواجبات الكبرى والصغرى وإعطاء الأولية للأهم منها قبل المهم. كما ينبغي ألا يناقض واجبٌ واجباً آخر. الأسفار المقدسة تخبرنا أنه عندما يتعارض أحد الواجبات مع واجب آخر فذلك دليل على أنه ليس واجباً حقيقياً.

* * *

مع انتشار أشعة الشمس الحيوية سأنشر أشعة الأمل في قلوب الفقراء والمهجورين [الذين تخلى عنهم المجتمع]، وسأبث عزيمة جديدة في قلوب الذين يظنون أنهم فاشلون.

* * *

قال المعلم برمهنسا لأحد المريدين: "لا تستثنِ أحداً من دائرة حبك. أحتفظ بالجميع في قلبك وسيحتفظون بك في قلوبهم."

* * *

ساعدني يارب كي أستخدم إرادتي دوماً في إنجاز الأعمال النافعة والخيّرة.

وساعدني كي أتوافق مع إرادتك حتى تستجيب كل أفكاري لمقاصدك وتتناغم مع مشيئتك.

وساعدني على إيقاظ القوة الخفية المباركة في داخلي كي أتغلب على كل المصاعب والتجارب.

* * *

يقظ تلك الشخصية الروحية الجريئة والمتواضعة في آن – التي تجمع ما بين قوة الأسود ووداعة الحمائم.

* * *

لن أهتم للانتقاد الزائف المرير ولا لأكاليل المديح والاطراء. أمنيتي الوحيدة هي عمل إرادتك يا رب وكسب مَرْضاتِك.

* * *

لا يمكنك أن تتصور الفرح الفائق الذي سيغمرك عندما تشعر بالحضور الإلهي. النفس عندئذ تنتشي بحب الله الذي لا نهاية له. إنه حب يفوق أي حب بشري بملايين المرات.. حب يحقق كل أمانيك ويملأ قلبك بالبهجة والرضا.

* * *

بالتركيز الداخلي يمكنك أن تشعر مباشرة بالغبطة الروحية داخل نفسك ومن حولك. وإن ترسختَ في ذلك الوعي ستنمو شخصيتك على نحو توافقي وستكتسب مغناطيسية جذابة للناس وللمخلوقات الأخرى.

* * *

أيها المجير الأعظم، لا يهمني إن فقدت كل شيء بسبب قدَري الذي هو من صنع يديّ، ولكني أسألك يا ملاذي الوحيد أن تحمي شمعة حبي لك من رياح الغفلة والنسيان.

* * *

فلنشرب حتى الارتواء من مياه السلام النقية المنعشة المتدفقة من ينابيع الظروف المواتية والمعززة بتصميمنا الأكيد على التفكير الإيجابي والنظرة المتفائلة.

* * *

الضمير هو إحساس بديهي، يبيّن حقيقة المرء ودوافعه. عندما يكون ضميرك مرتاحاً، وعندما تعلم أنك تفعل الصواب، فلن تخشى شيئاً. الضمير النقي هو شهادة حسن سلوك من الله. البراءة أمام محكمة الضمير تعني امتلاك السعادةً والحصول على بركات الله.

* * *

حاول عمل الأشياء الجريئة والمحببة إلى النفس، التي لا يقوم بها معظم الناس، وامنح المحبة والسلام للذين لا يلتفت إليهم الآخرون.

* * *

قال المعلم برمهنسا لأحد المريدين:

"إن لم تصرف وقتاً لتهذيب العقل، فلن يتمكن أي مقدار من الرخاء المادي من إرضائك. هذا التهذيب ليس تعذيباً بل تدريب للوعي لتغذية الأفكار والأفعال التي تقود إلى السعادة.

سعادتك هي نجاحك، فلا تسمح لأحد بسلبك سعادتك. احمِ نفسك من الذين يحاولون إزعاجك. عندما كنت فتىً كنت أفقد صبري كلما روّج البعض إشاعات كاذبة عني. بعدها أدركت أن راحة ضميري هي أهم من رضاء الناس عني أو استحسانهم لي."

* * *

ليتكم تعرفون حكاية الغرام الإلهي التي يحياها بعض المريدين مع الله! ما من اختبار آخر في الحياة يمكن مقارنته بذلك الفرح. لقد عرفت قديساً كان مستغرقاً في حب الله طوال الوقت، وكان وجهه يشع بالحب المقدس. عين الله دوماً على محبيه ولا يتخلى عنهم لحظة واحدة.

* * *

قلائل هم المهتمون بتنمية قواهم العقلية والروحية.

* * *

لا تسمح لنفسك بالإنحدار إلى قاع التسويف.. انهض من إغفاءة الواقع العادي الممل وانطلق نحو آفاق الحياة الراقية حيث الإنجاز والفرح والسلام.

* * *

في داخلك إمكانات جبارة بانتظار استثمارها وأنت الوحيد القادر على تفعيلها والإستفادة منها.

* * *

التحرر من إملاءات العادات الخاطئة والأهواء غير السليمة يمنح سعادة أكبر بكثير من السعادة التي يمنحها النجاح المادي.

في النجاح الأدبي سعادة نفسية لا يمكن للظروف الخارجية أن تسلبها منك.

* * *

بإمكانك أن تصرف كل وقتك في جمع المال لكن ذلك المال لن يمنحك الراحة والضمان الدائمين اللذين تبحث عنهما.

بل على العكس سيجلب لك المزيد من التعاسة لأن السعادة والسلام هما في الفكر وليس في الأشياء نفسها.

* * *

لا تسمح للضعف بالتسرب إلى عقلك وراعِ الحيطة والحذر عند مخالطة ذوي الأفكار السلبية والنظرة السوداوية لئلا تتسرب أفكارهم الضعيفة إلى عقلك ما لم يكن عقلك قد بلغ درجة من القوة بحيث لا يمكن لأفكار الغير أن تضعفه، بل على العكس من ذلك يقدر على تقوية أفكار الآخرين وتعزيز ثقتهم بأنفسهم.

* * *

الله أولاً، ولا ينبغي أن نستقبل يومنا أو نودعه دون التفكير به... ويجب أن نتذكر أنه لولا حصولنا على القوة والنشاط من الله لما تمكنا من القيام بأي عمل من أعمالنا. وذلك هو واجبنا الأكبر نحوه.

* * *

هناك طريقة لتقييم العادات والتقاليد والحكم عليها. في البداية كان لكل تقليد مبرر. فإن وجدنا أن ذلك المبرر ما زال ساري المفعول، يكون للتقليد معنى وفائدة. ولكن ليس من الحكمة اتباع التقاليد دون تبصّر. يجب أن نعرف الحق ونتبعه، ونتبيّن ما يمكن أن يمنحنا السعادة فنطبّقه.

* * *

عندما ترى أعداداً كبيرة من الناس لا يملكون سعادة أو نجاحاً، لا تفكر أن الإنسان مكتوب عليه أن يعيش هكذا. باستطاعتك أن تجعل من نفسك ما تريد أن تكون. ونجاحك الداخلي هو ما يجعلك ناجحاً.

* * *

إن كنت لا تملك شيئاً في داخلك فلن تكون سعيداً. وإن كنت لا تملك شيئاً من حولك وكنت سعيداً في ذاتك فأنت ناجح بكل تأكيد. وهكذا ليس في المستطاع الحكم على الناس بحسب ظروفهم الخارجية.

* * *

من بين الجماهير الغفيرة قد يوجد إنسان بلغ حالة من السمو الروحي ويتمتع بسلام باطني وسعادة روحية فائقة.

* * *

إنني أعلم علم اليقين بأن كل ما أحتاجه سيأتي إليّ ولذلك لا أقلق لما سيحمله المستقبل. هذه ليست مباهاة ولا ادعاءً لأنني لمست عمل وفاعلية تلك القوة المباركة في حياتي مرات عديدة.

* * *

سواء كنت عائماً على سطح الحياة أو غارقاً في أعماق اليمّ، أعلم أنني مع الله وهو معي، وأن لا شيء يقدر على إيذائي. تلك المعرفة أعطتني سعادة فائقة تعصى على الوصف.

* * *

لا جدال أن هناك شعوراً ممتعاً لدى شراء شيء جديد. ولكن بعد مضي فترة من الوقت يتلاشى ذلك الشعور البهيج تدريجيا، بل قد تفقد الرغبة في ذلك الشيء وتنساه وترغب بشيء آخر. لكن فاتورة ذلك الشيء لن تنساك، فيما إن كنت قد اشتريته على التقسيط!

* * *

يجب أن يتحكم الإنسان بحياته ويبسّطها قدر الإمكان. ويجب أن يدّخر بعض المال للحاجيات والظروف الطارئة، وأن يوفـّر أكثر من الإنفاق على الكماليات، ويساعد الآخرين على قدر طاقته. عندما تساعد الآخرين سيأتيك العون بطريقة أو بأخرى ولن تحتاج أو تـُحرم شيئاً.

* * *

في ابتهاج كل القلوب أسمع صدى غبطتك يا رب، وفي صداقة كل المخلصين أشعر بمحبتك. أفرح وينشرح صدري لنجاح أصدقائي وتوفيقهم مثلما أسعد برفاهيتي ويُسري. وإذ ألهم الآخرين الحكمة أضاعف كنوز حكمتي، وفي سعادة الجميع أعثر على سعادتي.

* * *

إن ألد أعداء السعادة هي استدانة المال لشراء الكماليات. الناس يظنون من قبيل الوهم أنهم لن يكونوا سعداء ما لم يحصلوا على شيء بعينه. لكنهم لن يتذوقوا تلك السعادة حتى

بعد حصولهم على ذلك الشيء، بالرغم من ابتهاجهم المؤقت به. فما هو الهدف من الجري وراء سراب السعادة الأرضية الذي يعِد ويخلف الوعد؟ يجب أن يعيش الناس ببساطة دون الحاجة للكثير من المقتنيات التي تتطلب اهتماماً متواصلا.

* * *

فردوسي هو في داخلي. وإذ أستمتع بما أنعم الله عليَّ به، أشكره فيتعاظم فرحي الباطني. بدون ذلك الرضاء الداخلي تتحول حتى أفراح الأرض ومسراتها إلى جحيم. ولقد تيقنت أنه لولا ذلك الفرح الباطني لكان عبء المسؤوليات الملقى على عاتقي قد سلبني سلامي وحرمني من سعادتي.

* * *

إن اقترنتْ الثروة بالمرض والمشاكل فالتبعات ستكون كثيرة. النظافة والرعاية الصحية هما من محاسن الغرب. فالحشرات المؤذية والجراثيم الفتاكة يتم مكافحتها بفعالية في البلدان المتطورة في حين تتواجد بكثرة في بلدان أخرى. لكن التخلص من تلك الآفات لا يعني ذروة الإنجاز، لأن هناك آفات من نوع آخر في الدول المتقدمة، مثل فواتير يصعب دفعها وأزمات مالية خانقة بسبب نظام الشراء بالتقسيط.. آفات تقض المضاجع وتقوض راحة النفس.

* * *

إننا جزء لا يتجزأ من نفس الوعي الذي عنه انبثق هذا الكون العظيم.

* * *

هل سبق ورأيت قطيعاً من الغنم؟ إن قفز واحد منه يقلده باقي القطيع دون تردد. معظم الناس هم على هذه الشاكلة. إذ قد يأتي أحدهم بفكرة أو يطلع بموضة جديدة فيتلقفها الآخرون ويقلدونها. هذا النمط ما زال على حاله منذ أجيال. لكل أمة عاداتها وتقاليدها ولا يمكننا القطع بصحة وسلامة جميعها. ولكن من يدري؟ فقد تكون بعض تلك العادات والتقاليد لا معنى لها ولا فائدة منها؟

* * *

عندما تهدأ ثائرة الأفكار المتلاطمة ندخل مملكة السلام ونلامس الحضور الإلهي.

* * *

فكّر بالله، أو بمنظر طبيعي جميل يوحي بالسلام، أو باختبار بهيج ومفرح، فالنشاط الذهني الإيجابي الهادىء منشط ومنعش.

* * *

إننا نعيش في عالم يسوده الهرج والصخب. تظن أن المال يعني السعادة، ولكن عندما تحصل عليه تجد أنك ما زلت غير سعيد. قد تحصل على المال وتفقد - لا سمح الله - صحتك. أو قد تمتلك صحة جيدة وتفقد مالك. أو قد تمتلك المال والصحة مع مشاكل عديدة مع الآخرين، إذ قد تقدم للناس أشياء طيبة ويعطوك في المقابل حقداً وكراهية. بدون الله لا يمكن لأي شيء في هذه الحياة أن يرضيك.

* * *

الأرض تتحول إلى حجرة تعذيب بالنسبة للذين يعيشون في جهل بالخطة الإلهية. ولكن عندما تنظر إلى تجارب الحياة على أنها معلمك وتتعلم منها الطبيعة الحقة لهذا العالم وماهية دورك المخصص لك في المسرحية الكونية، تتحول تلك التجارب إلى إضاءات قيّمة على الطريق نحو الرضا والسعادة الدائمين.

* * *

هناك خلف العتمة غير المظلمة، والسكون الذي لا صوت له واللاشيء غير المخلوق، يوجد الجوهر السرمدي الذي هو أصل الوجود ومصدر كل القوى والكائنات، المنظور منها وغير المنظور.

* * *

الله لم يخلق هذه الأرض لنا فقط كي نأكل وننام ونموت، بل لنعرف إرادته وندرك الغاية من وجودنا. إن حفنة من الحكماء قد أدركوا معنى الخطة الكونية لكن أكثر الناس غير مبصرين وغير مدركين لتلك الغاية.

* * *

لم يكن المال غايتي في الحياة بل غايتي كانت خدمة إخوتي وأخواتي في الإنسانية. ولذلك فقد فتح الله لي الكثير من أبواب الخير لإعالتي وإتمام رسالتي.

* * *

لقد خلق الله هذا الكون كي يعمل وفق قانون ثابت لا يتغير. إن انتهكنا أياً من النواميس الكونية نعاقب أنفسنا. فمن يقفز من سطح بناية عالية ستتحطم عظامه. لذلك لا يمكننا تجاهل قانون الجاذبية دون معاناة التبعات المترتبة على ذلك.

* * *

عندما نلقي نظرة معمقة على حضارات العالم ونستكشف الأسرار الخبيئة في المدنيات القديمة تبرز لنا صورة كبيرة، متشابكة الخطوط، متنوعة الفصول، دقيقة التفاصيل ونجد أن الإنسان ذو طبيعة فردية واجتماعية في نفس الوقت.

* * *

لو أن الله يريدنا أن نحيا فقط في الوعي المادي لكنا راضين كل الرضا بالأشياء المادية وقانعين بالطرق الدنيوية.

* * *

إشعاعات النقاء والسلام والسعادة التي تفوق الأحلام... تومض وتتراقص في أعماقنا الجوهرية.

* * *

مع ظهور كل تجربة في سماء حياتنا إبّان رحلتنا الأرضية هذه يجب أن نعرف كيف نوسع مدارك وعينا وكيف نكون أكثر تفهماً للظروف التي تحيط بنا أو نمر بها، وسنتمكن عندئذ من العيش بتوافق أفضل والتعامل بكيفية أكثر سلاسة وسلامة مع الناس والحياة.

* * *

معظم الناس يقلدون الآخرين. يجب أن يكون الشخص أصيلاً مبدعاً، وأن يتقن كل ما يقوم به.

في الشرق انصَبَّ الاهتمام في المقام الأول على تنمية السعادة الروحية في حين تم إهمال الجانب المادي للحياة في معظم الأحيان. في الغرب توجد بعض وسائل الراحة المادية

والقليل جداً من السعادة النفسية. ما تمسّ له الحاجة هو إحداث توازن بين الإثنين لأن الإهتمام بشيء واحد فقط في الحياة يؤدي إلى خلل وعدم القدرة على التعامل منطقياً مع متطلبات الحياة.

* * *

إن أعظم سعادة - بعد السعادة الإلهية - هي أن يكون الشخص في سلام مع أقربائه المباشرين الذين يتحتم عليه العيش معهم كل يوم من أيام السنة.

* * *

الناس يهدرون الكثير من الوقت في التسرع والاندفاع دون تحقيق شيء يذكر. وقلائل هم الذين يتوقفون ليفكروا وليحاولوا معرفة ما يمكن للحياة أن تقدمه لنا.

* * *

يجب أن نعمل على تشييد صروح باطنية من الحكمة في بساتين السلام التي تزهو وتتألق بزهور لا حصر لها من المزايا الروحية البديعة الرائعة.

* * *

الإنسجام الداخلي هو مصدرٌ ثرٌ للقوة ويولّد طاقة متجددة.

* * *

لدى النظر إلى الحياة تجد أن النجاح ليس بالشيء السهل. فالحياة غالباً ما تكون قاسية لا ترحم، وعلينا أن نكافح من أجل كسب لقمة العيش. فكـّر بالجهد الذي تبذله لإعالة الجسد وإبقائه معافىً وخالياً من المرض! وحتى لو نجحتَ في ذلك فإن ذلك النجاح يبقى مؤقتاً. فالجسد - طالت أعماركم - سيوسَّد الثرى في نهاية المطاف. الضرورة تقتضي مصارعة قوىً عديدة على المستويين الداخلي والخارجي من أجل إحراز النجاح المطلوب. تلك القوى تعمل جاهدة لسلبك الإنجازات الجديرة بالإعتبار.

* * *

حاول الاحتفاظ بهدوئك تحت كل الظروف، ودع نبتة سلامك تزهر بشاشة وابتسامات رضى.

* * *

حتى عظماء القديسين لا يحصلون على الخلاص التام ما لم يقاسموا نجاحهم مع الآخرين، أي تجاربهم الروحية ومعارفهم العليا، عن طريق مساعدتهم على بلوغ المعرفة المقدسة.

* * *

ولهذا السبب فإن الواصلين إلى تلك المراحل والحاصلين على تلك الحالات مهتمون بتقديم الفهم لمن هم بحاجة له. إن كنتَ ترغب في بلوغ النجاح الحقيقي فإنك لا تضمن بذلك سعادتك الشخصية وحسب بل سعادة الآخرين أيضاً.

* * *

كل من يمتلك ذكاءً يستطيع كسب المال. لكن إن كان يمتلك حُباً في قلبه فلن يستعمل ذلك المال أبداً لأغراض أنانية، بل سيشارك الآخرين به. المال لعنة ونقمة في أيدي الأنانيين والبخلاء وبركة ونعمة في أيدي ذوي القلوب الطيبة والنفوس الكريمة.

* * *

قد يرغب أحدهم بممارسة الصمت لفترة طويلة ويرفض خلال تلك الفترة الكلام مع أفراد أسرته. ذلك الشخص قد يفلح، نتيجة لذلك، بإحراز بعض السلام الذاتي، إنما تصرفه هذا هو أناني وضار بسعادة أسرته. فهو لا يُعتبر ناجحاً بالمعنى الصحيح ما لم ينتفع أعزاؤه أيضاً من إنجازه.

* * *

وبالمثل، فإن إحراز النجاح المادي لا يقتصر على حقنا في التمتع بالرفاهية بمفردنا وحسب، بل يعني أيضاً مسؤوليتنا الأدبية نحو الآخرين من حيث مساعدتهم لتحسين أوضاعهم المادية وظروفهم المعيشية.

* * *

إنني محميٌّ خلف أسوار ضميري المرتاح. لقد حرقت الماضي المظلم وإني مهتم باليوم فقط.

* * *

اليوم أدرك بأنني واحد مع نور الخير الأعظم وبأنني منارة للذين يصارعون أمواج بحر الأحزان.

* * *

الناس لهم نظرات ونظريات مختلفة عن النجاح، بحسب طموحاتهم في الحياة. ولا يندر أن نسمع بعضهم يقرن النجاح بالسرقة كقوله "لقد كان لصاً ناجحاً"! مما يؤكد أن النجاح بكل أطيافه وأصنافه مطلوب ومرغوب. لكن نجاحنا يجب ألا يُلحق الأذى بالغير.

* * *

هناك أيضاً معيار آخر للنجاح: فعندما نتمكن من جلب نتائج توافقية ونافعة لأنفسنا يجب أن نشمل الآخرين أيضاً في نجاحنا ونقاسمهم ثماره.

* * *

النجاح يعني رضا الإنسان وقناعته في المحيط الذي يعيش فيه. النجاح الحقيقي هو المحصّلة لأعمالٍ مؤسسة على مبادئ الحق، ويشمل سعادة ورفاهية الآخرين كجزء متمم لسعادة الإنسان نفسه. إن طبقنا هذا القانون على حياتنا المادية والفكرية والأدبية والروحية نكون قد حصلنا على تعريف كامل وشامل للنجاح.

* * *

هنا في هذا العالم المحدود نلمس الطول والعرض والكثافة، ولكن هناك مستوى آخر لا وجود فيه للأبعاد إذ كل شيء واضح شفاف.. كل شيء وعي وإدراك. حاسة الذوق إدراك وكذلك حاسة الشم. إن مشاعرنا وأفكارنا وأجسامنا هي حالات من الوعي. فمثلما نستطيع أن نرى ونسمع ونشم ونذوق ونلمس في الحلم، هكذا في ذلك المستوى السامي نختبر كل هذه الإحساسات بواسطة الوعي المحض.

* * *

أسعدنا يا رب بالإحساس بقربك، وحررنا من الشهوات المكبلة، وامنحنا فرحاً باطنياً لا تؤثر به تجارب الحياة وأحداثها المتقلبة.

* * *

عندما تتناغم عقولنا مع المدركات العليا، يستيقظ في داخلنا الوعي الروحي ونختبر عجائب مدهشة من الحكمة والحب الإلهي.

* * *

إن أحببنا الله محبة تامة وتوجهنا إليه بكل أفكارنا وقلوبنا سنحس بقربنا منه وسنجد أنه أعظم موئل أمانٍ في الحياة.

* * *

في الفضاء الذي يبدو خالياً خاوياً هناك صلة كونية وحياة أبدية توحّدنا بكل ما في الكون من أحياء وجمادات.. موجة من الحياة العظمى تتدفق عبر كل شيء في الوجود.

* * *

الأبدية هي بيتنا الحقيقي ومستقرنا الدائم، ووجودنا في هذه الأجساد هو وجود مؤقت يشبه استراحة قصيرة لقافلة مسافرة عبر الصحراء.

* * *

عندما نتناغم مع قوى الروح الخلاقة سنكون على تواصل مع العقل الكلي واللانهائي القادر على توجيهنا وحل مشكلاتنا. وستتدفق القوة المبدعة إلينا دون انقطاع من المصدر الأعظم لكياننا بحيث نتمكن من الإنجاز الإبداعي في أي مجال من مجالات أنشطتنا.

* * *

الحب ينمو ويزدهر في بيئة الثقة والتسامح والاحترام المتبادل.

* * *

باركنا يا رب بنور الأفكار النقية والعادات الطيبة بحيث إن اقتربت منا ظلمة العادات السيئة والأفكار المنحرفة سيتم طردها على الفور. وساعدنا كي نحبك محبة فائقة بحيث لا تقوى أوهام المادة أو مغريات العالم على اجتذابنا والاستحواذ على عقولنا وقلوبنا.

* * *

نادراً ما تكون الأشياء التي يمكن الحصول عليها بسهولة ذات قيمة. هذا نعرفه من مطالعة حياة العظماء من الرجال والنساء وكيف أنهم أصبحوا عظماء من خلال تنمية مواهبهم وإنجاز واجباتهم وبناء قيمهم الخلقية ودراستهم المعمقة وابتعادهم عن الأنانية. لكن النتائج التي حصلوا عليها والإنجازات

التي توصلوا إليها كانت أعظم بما لا يقاس من الجهود التي بذلوها.

* * *

الحرية الحقيقية تكمن في حرية الإختيار الموجهة بالحكمة والمدعومة بالفهم والصواب والإرادة الحازمة.

* * *

عندما توقظ إرادتك وتصميمك وتمييزك الواعي تنطلق من الوعي السامي - عن طريق بصيرة الروح - قوىً غير منظورة لمساعدتك ولتوضيح السبل المؤدية إلى الراحة النفسية والسعادة بعون الله.

* * *

يجب على الانسان أن يفتح قنوات الروح بمجهوده الذاتي. ما من أحد يختار طوعاً التألم والشقاء بدلاً من السلام والسعادة. الجهل هو سبب المعاناة وهو العائق الذي ينبغي إزاحته والتخلص منه. الجهل هو عشبة ضارة، قوية الجذور، تنمو في حديقة الانسان وتزاحم النباتات الصالحة والمفيدة.

* * *

لا بد من التغلب على الجهل بالإرادة الحازمة والتصميم القاطع. يجب حرث تربة العقل بالتركيز الذهني الدقيق [على الإيجابيات] وسقي البذور الجيدة بماء الإيمان. وعندما تشرق أشعة الحب الحيوية والدافئة سينمو نبت الخير ويتغلب على الأعشاب والحشائش المتطفلة لأن لا وجود للظلام مع النور.

* * *

إن بهجة الأشياء المادية تخمد وتتلاشى لكن الفرح الإلهي لا يخبو وهجه أبداً. إنه سعادة ربانية لا نهاية لها وتفوق حد الوصف.

* * *

يجب ألا نستخدم أبداً الأساليب المغلوطة للحصول على السعادة، وألا نتخلى عن السلام والثراء الروحي اللذين نمتلكهما في داخلنا طمعاً في الحصول على راحة موهومة وبحبوحة عيش براقة قد تلوّح لنا بهما الأفعال والتصرفات الجهنمية ذات الآثار المدمرة.

* * *

السكينة هي أفضل كاميرا لتصوير الحضور الإلهي. فمن خلال عدسة الطمأنينة الصافية والمركزة تركيزاً دقيقاً ستظهر الصورة المباركة واضحة بكل جلاء.

* * *

في الحقيقة إن كل الحكمة موجودة داخل نفسك وكل ما تحتاجه هو أن تصبح على دراية واعية بذلك .

* * *

الرضاء يكمن في تحسين الإنسان نفسه بحيث يسعى الآخرون إليه بدلاً من أن يسعى هو إلى الآخرين. يجب منح المحبة والصداقة دون توقع أي شيء أو المطالبة بأي شيء في المقابل. التوقع يجعل الشخص ضحية الشقاوة والتعاسة. وحتى عندما يبذل الشخص مجهوداً لتحسين نفسه يجب أن يقف بمفرده، آمناً مطمئناً في قلعة فضائله وقيمته الذاتية.

* * *

لتنبجس شلالات البهجة والتفاؤل من قلبي على الدوام وليلامس رذاذها المنعش كل الذين أقابلهم.

* * *

الفرح الروحي يولِّد في النفس الرغبة لمساعدة الآخرين من كل ناحية، وينمّي القدرة على تذوق المتع المعنوية الراقية التي تقود إلى السعادة مما يقلل من الميل إلى الملذات الخشنة.

* * *

مهما كان دورك صغيراً يبقى مع ذلك بأهمية أكبر الأدوار من حيث المساهمة في إنجاح المسرحية الكونية التي تؤديها النفوس على مسرح الحياة.

* * *

الوعي الكلي هو وعيٌ مطلق لا نهائي، دائم التجدد ولا نفاد لإبداعه، ومن خلالك يحاول الإعراب عن مظهر فريد من ذاته.

* * *

إن تذوقت الحب الإلهي ولو مرة واحدة فلن تتخلى عنه أبداً لأنه لا يوجد شيء آخر مثله في الكون بأسره.

* * *

العارفون بالله بلغوا مراحل روحية متطورة جداً بحيث لا يكتفون بتقديم النصح الروحي وحسب للخاطئين، بل يمكنهم – بفضل الله وعونه - شحنهم بالقوة الروحية التي تحررهم من نتائج أعمالهم الآثمة.

* * *

إن كل الأعمال الصالحة والشريرة كامنة في خلايا الدماغ وتظهر على هيئة عاداتٍ أو نزعات صالحة أو شريرة في الفكر.

* * *

الإنسان الذي يعاني من عادات غير سليمة بسبب خلايا دماغه المشحونة بقوة تلك العادات يمكن تحرير نفسه بقوة الإرادة والتأمل والدعاء الصادق والتأكيد الإيجابي المتواصل إلى أن تتحول كل عاداته غير المرغوبة إلى عادات طيبة من السلام والهدوء. هذا يحدث عندما تعمل قوة الحياة الموجّهة توجيهاً صحيحاً على تغيير الطبيعة غير السوية لخلايا الدماغ بحيث تصبح تلك الخلايا مفعمة بكل ما هو طيّب وصالح وجميل.

* * *

الفهم هو عين الباطن ورؤية الروح وتلسكوب القلب.. وهو التوازن بين رزانة العقل ونقاء الوجدان.

* * *

في كل يوم نبصر مشاهد مختلفة، وكل يوم يأتي بدرس جديد ينبغي تعلّمه، ويُتوقع من الإنسان أن يتعلم الدرس بالتركيز على الغرض الأسمى من وجوده: التعرف على مصدر كينونته وسند حياته.

* * *

لنعمل على نسيان أحزان الماضي ولنصمم على عدم التركيز عليها. وبإصرار أكيد وإرادة فاعلة لنجدد حياتنا، ولنعزز نجاحاتنا، ولنغذّ في نفوسنا العادات الطيبة والسجايا النبيلة.

* * *

إن من يظهر ضعف الآخرين ويسبب لهم الإحراج والحنق هو بعيد عن الحكمة والسداد.

* * *

أقوال لكل زمان ومكان

المتناغمون مع الله يبصرون جمالاً أخاذاً ويتذوقون عذوبة فائقة لا سبيل لاختبارهما بأية طريقة أخرى.

عندما نادتك روحي انفجرت سحب صمتك يا إلهي وانهمر غيث رحمتك مدرارا حتى غدا فيضاً من نعمتك غزيرا. ولقد غمر نهرك المبارك ضفاف كياني فغاصت نفسي في مياه الأبدية وذابت فقاعة حياتي الصغيرة في بحر وجودك الكلي..

لقد علمني مرشدي كيف استعمل إزميل الحكمة لأصنع من نفسي معبداً يليق بالحضور الإلهي.

إن أردت أن تحقق هدفاً سامياً، إبدأ بتصميم نموذج ذهني له. يمكنك الآن أن ترسّخ أي توجّه في وعيك فيما إذا غرست فكرة قوية في عقلك، عندها سيمتثل كيانك بأسره لتلك الفكرة وتأتي أفعالك مطابقة لها.

عندما تلامس القلب الإلهي ستتلاشى مصاعبك وسيملأ الحب قلبك، وستتراقص الاختبارات الروحية الرائعة كفوارات نقية في حدائق فكرك.

غيومٌ كثيرة تحاول أن تواريك وتحجبك عني، لكن من خلال ندى دموع الشوق يظهر لي إسمك المبارك وامضاً بحروف ذهبية ساطعة من وراء كل الستائر والحجب.

نقاء الوجدان يعني التعامل بشفافية مع الحقيقة.

هناك ضرورات حيوية وما يعتبره البعض "ضرورات" مع أنها غير ضرورية ولا لزوم لها. يجب تبسيط الحياة بالتركيز على الاحتياجات الأساسية والاستغناء عن الكماليات غير الضرورية.

ما أسماكِ أيتها الصداقة، وما أخصب تربتك وأقدسكِ! المحبة غذاؤك والإخلاص مشربك.

عندما يسير اثنان بوئام وانسجام بالرغم من خلافاتهما، يجمعهما هدف واحد هو العثور على راحة النفس وطمأنينتها في المحبة النقية والوفاء المتبادل... وحيث لا يلتمس المحب المتع على حساب المحبوب.. عندها، وفي حديقة الإيثار تتفتح أزاهير الصداقة العاطرة وتنفح أريجها الفواح.

العالم يدرب عقولنا على نحو مغاير ويجعلنا نعتاد على أشياء كثيرة بحيث نبدأ بالتفكير بأن لا سعادة ترجى بدون تلك الأشياء. ولكن يجب تبسيط الحياة وكذلك تبسيط حياة الأطفال وإلا ستعلمهم الحياة من خلال خيبات الأمل المريرة.

الحقيقة أكثر صحة وواقعية من مجرد الفكر أو الخيال، ولكن ما نفكر به أو نتصوره قد يتحقق في بعض الأحيان

الخيال عنصر بالغ الأهمية في عملية التفكير الخلاق. ولكن يجب أن ينضج الخيال ويتحول إلى قناعة راسخة، وهذا غير مستطاع بدون إرادة قوية.

إن تصورت شيئاً ما بكامل قوة إرادتك سيتحول خيالك إلى قناعة ذاتية، وعندما تستطيع الاحتفاظ بتلك القناعة

بالرغم من كل الآراء المعاكسة ستتجسد قناعتك على أرض الواقع.

يجب أن يتعلم المرء الوقوف بمفرده، مدعوماً بفضائله وقيمته الذاتية.

الفرح الروحي هو فرح متجدد ويظهر على نحو متزايد في المتفكرين بعمق بالله. وهو فرح يساعد على اتخاذ القرارات الصائبة والقيام بالأعمال الصحيحة، ولدى العثور عليه تتلاشى الرغبات والمشتهيات غير السليمة لأنها تفقد جاذبيتها مقارنة بالفرح الروحي.

لقد وهبنا خالقنا القدير الحياة والقوة والحكمة ومن واجبنا إيلاؤه اهتمامنا ورفع قلوبنا إليه حباً وامتناناً وعرفاناً بالفضل والجميل.

ساعدني يا إلهي كي لا أضرم نار الغضب حتى لا أحرق بلظى الحنق واحات السلام الخضراء في نفسي ونفوس الآخرين. ساعدني كي أخمد نار الغيظ بأمطار محبتي دائمة الانهمار.

فلتبقَ بحيرة رقتي وأنسي هادئة ساكنة لا تثيرها عواصف السخط التي لا تجلب سوى الشقاء.

القيام بأعمال مدفوعة بالإحساس بالواجب، أو تضحية الرغبات الشخصية خدمة ومحبة بشخص آخر هو أفضل بكثير من عمل ذلك من قبيل الخوف.

حتى عندما يكف الإنسان عن تجاوز القوانين السماوية يجب أن يفعل ذلك محبة في الله لا خوفاً من عقابه.

مهما كانت الأمور التي تخشاها، حوّل فكرك بعيداً عنها. اتركها لله وعزز ثقتك به.

الخوف يلازم الإنسان على الدوام، والتخلص منه ممكن بالتفكير بالله والإحساس بحضوره.

قد يكون من الصعب في البداية السير على دروب الفضيلة، لكنها دروب مباركة تفضي إلى راحة الوجدان والسعادة الحقة.

ليشرق مجد الله على كل زاوية من زوايا حياتنا، ولتسكن محبته قلوبنا، وليغمر نوره وعينا.

أيا محبوبي الإلهي، الزهور تتفتح والفصول تتغير وكلها تتحدث عنك. البدر يظهر ملامح ابتسامتك، والشمس تحمل قنديلك السماوي. إنني أعوم في بحر من دموعي المنهمرة شوقاً إليك. في أوراق الشجر وعروق البشر تنساب حياتك وحيويتك، وأحس بخفقات قلبك الكوني تنبض في خافقي.

عندما ألامس حضورك أشعر بأنني مستيقظ في عالم آخر وبين الفينة والأخرى أحلم بهذه الأرض وبهذا الجسم الصغير – جسمي. إنني مستيقظ في غبطة لا تنقطع وحلمي النهاري بحياة دنيوية تعطره ذكريات يقظتي السعيدة بك. لقد اقتلعت أعشاب الكوابيس من حديقة أحلامي وزرعت مكانها ورود إلهاماتي حيث سيجتذبك أريج أشواقي فتأتي لتأخذني معك إلى آفاق النعيم الأبدي.

اجعلني يا إلهي شفافاً بالطهارة والنقاء علني أبرز نورك الشافي في داخلي .

هدّىء مرآة عقلي المهتزة كي تعكس وجهك اللانهائي.

افتح نوافذ الإيمان على مصراعيها حتى أتنسم عبير سلامك.

أيها النيّر بذاته، أيها الجلال الذي يعصى على الوصف، حدّق بعينيّ الوالهتين شوقاً إليك علني لا أبصر في الوجود سواك.

خلف كل ظواهر الحياة ومظاهرها يكمن صوت الله الصامت الذي ينادينا على الدوام من خلال الزهور والأسفار

المقدسة ومن ضمائرنا وكل الأشياء الجميلة التي تجعل الحياة جديرة بالعيش.

كل مجهود يبذله المريد لارتياد القمم الروحية يحتسبه الله له ويثيبه خيراً عليه.

نسألك يا رب أن تومض عقولنا بنور حقك، وأن تنبض قلوبنا بحبك، وتمتلىء نفوسنا بغبطتك وفيض نعمتك .

من ذلك الأفق الشفاف الذي لا يمكن للعقل اختراقه يسكب الله نوره السرمدي.. ومن العقل الكوني تأتي الإلهامات السامية والقوى المباركة وينساب النشاط الخلاق إلى العقول المتفتحة والمتناغمة.

عندما تجد أن نفسك وقلبك وكل خلجة إلهام والسماء الزرقاء والنجوم المشعشعة والجبال والأرض والطيور والزهور جميعها ينتظمها خيط واحد من الايقاع الكوني والفرح الروحي والوحدة الشاملة... ستدرك عندها أنها كلها أمواج على صدر المحيط الإلهي الذي لا ساحل له.

إذا نسينا خالقنا فإننا نستحق الآلام. يجب أن ندرك بأن الله حبيبنا ويحبنا، وهذه المعرفة ستحررنا من مشاكلنا ومعاناتنا.

المحب الصادق لله لا يوقف بحثه عنه حتى وإن لم يوفق في العثور عليه بعد محاولات عديدة. ومثلما ينبغي للموجة أن تعود إلى قلب المحيط بعد هدوء العاصفة، هكذا الحال مع الباحث الجاد، فهو يمتلك إيماناً ضمنياً بأن العوائق ستتداعى ولا بد أن يتوحد مع المحيط الكوني عاجلاً أم آجلاً.. ذلك المحيط اللانهائي الذي منه أتى وإليه يعود.

عندما يفكر العقل بالمحبوب الإلهي على الدوام يصدح القلب بأناشيد البهجة والفرح.

الابتعاث الروحي هو بزوغ الإنسان مما هو عليه الآن إلى ما سيكون عليه في المستقبل.

لا يستطيع الشخص إخفاء طبيعته الحقيقية عن الآخرين... فاهتزازات أفكاره ستنعكس بكيفية ما على سلوكه وتظهر من خلال تصرفاته.

هناك العديد ممن لديهم مفهوم خاطئ عن الحرية، فهم يعتبرون الحرية عمل كل ما يحلو للشخص أن يفعله، وأنا أدعو هذه الحرية حرية الهوى.

وبسبب الفهم المغلوط لطبيعة الحرية الحقيقية يوجد بعض الآباء والأمهات الذين يجعلون من أبنائهم عبيداً للعادات من خلال الاستجابة الفورية لرغباتهم. وهكذا ينشأ الطفل مفتكراً أنه ما دامت رغباته محققة فإنه سعيد وأن هدف الحياة هو تحقيق كل رغبة. لكنه يكتشف فيما بعد انه كان واهماً، إذ أن العالم الخارجي يختلف كلياً عن الحياة البيتية، ويكتشف انه ليس بالأمر السهل تحقيق كل رغبة! فالآخرون قد يزاحمونه ويدفعون به جانباً من أجل تحقيق رغباتهم الشخصية دون اهتمام او مبالاة به. وهو بدوره يصبح قاسي القلب متبلِّد الأحاسيس بفعل الرغبة الجامحة في تحقيق رغباته. لذلك على الآباء والأمهات مساعدة أبنائهم كي ينموا إرادتهم وتمييزهم ليتمكنوا من العيش في العالم دون الوقوع في شراكه ومطباته.

الأم تقول "علمه بمحبة". طبعاً المعاملة بمحبة مستحسنة في معظم الأحيان، لكن كثرة الحلاوة تفسد الأسنان، وبالمثل كثرة الدلال تفسد الأطفال. الحاجة تمس إلى قدر من الصرامة والحزم، ولكن إذا عومل الطفل وعوقب بكثير من القسوة على غلطة ارتكبها فالنتائج ستكون وخيمة. يجب أن يكون هناك توازن في معاملة الأطفال والتعامل معهم؛ فعلى كل أب أن يمزج مزاجه بالحب والحنان، وعلى كل أم أن تتبّل حبها بالحكمة والعقلانية.

على الإنسان أن يحتفظ بحالة نفسية مستقرة من الحب لله والشوق له. لقد جرّبت أعمالاً كثيرة، ولكن مهما تكن طبيعة عملي فإن فكري يبقى دوماً مع الله.

يجب أن نستمتع بهذه الخليقة إنما دون السماح لها باستعبادنا. ولقد علمتني التجارب أن لذة العثور على الله لا تعادلها لذة أخرى.

قبل الشروع بمهام كبيرة، يجب الجلوس بهدوء وتسكين الحواس والأفكار، والتأملّ بعمق وطلب العون الإلهي من أجل الحصول على الهداية الروحية والتوجيه السديد.

دعني أدرك أن الابتسامة المرتسمة على محيا الفجر، على ثغور الزهور، وعلى وجوه النبلاء من الرجال والنساء هي ابتسامتك.

لن تؤثر بي الصور المتعاقبة للمصائب وسوء الطالع والمرض أو أي عوائق غير متوقعة لأنني أدرك بأن الوعي المنضبط والوثيق الصلة بالوعي الكوني لا يعاني ضمناً من الإخفاقات والمنغصات.

الحرية تعني القدرة على التصرف بوحي الحكمة وليس وفقاً لإملاءات الأهواء والعادات والنزوات. إطاعة الأنا تقود إلى العبودية، أما الامتثال لإيحاءات الروح فيفضي إلى التحرر من القيود.

لا فرق عندي إن عشت في قصر فخم أو كوخ متواضع ما دام الله معي.

سأستخدم مالي المكتسب بأمانة كي أعيش ببساطة، مستغنياً عن العيش الباذخ.

بالإيمان بالله وباستخدام قوة الإرادة يستطيع الإنسان التغلب على المرض والفشل والجهل ما دامت اهتزازات الإرادة أقوى من اهتزازات الأمراض الجسدية أو النفسية. وكلما كان المرض مزمناً كلما تعين أن تكون الإرادة أقوى وأكثر تصميماً، والإيمان أعمق وأرسخ، من أجل تحقيق النتيجة المرجوة.

ألهمني يا رب كي أحصر ثقتي بك لا في وسائل الحماية البشرية وحسب. دعني لا أخدر بالخوف والقلق قواي غير المحدودة لمواجهة أي من تجارب الحياة.. ودعني لا أتخيل الحوادث والنكبات والمصائب خوفاً من تجسيدها الفعلي بقوة التفكير والتصور، ولأدرك يا رب أنه سواء كنت مستيقظاً أو نائماً، صاحياً أو غارقاً بأحلام اليقظة، حياً أم محتضراً، يظل مع ذلك حضورك الواقي يشملني ويحرسني.

يقول الحكماء: إن ثمرة الأعمال الطيبة المدفوعة بحب الله والفضيلة هي التوافق والنقاء. وثمرة الأعمال المدفوعة بالرغبات والطموحات الأنانية هي الألم والعناء. أما ثمرة الأعمال الشريرة فهي الجهل والغباء.

العمل الطيب يثمر السعادة والأعمال الدنيوية المشبعة بمحبة الذات عاقبتها المعاناة والألم. أما الأعمال الشريرة المتواصلة فتقضي على ملكة التمييز والفهم في الإنسان.

إن أردت أن تحيا بسلام ووئام فيجب أن تكون نواياك طيبة وأن تبث أفكار الخير ومشاعر المحبة. إن عشت حياة فاضلة ستساعد الآخرين من خلال نموذج حياتك ومسلكك الحسن.

في اللحظة التي ينتابني القلق والتشويش الذهني سأركن للسكون والتأمل حتى أستعيد هدوئي، وسأستفتح كل يوم بالتفكير بالله وطلب عونه وهدايته.

صمم على عدم السماح لأعشاب الكراهية الخانقة بالنمو والتغلغل في بستان حياتك المليء بمزايا الروح النبيلة. وكلما نمّيت الصفات والمزايا الشبيهة بالورود العاطرة كلما أظهر لك الله سر الوجود الأعظم في كيانك.

إن غاية الحياة تتمثل في إحراز السلام والرضا والخلود والسلامة ومعرفة الحقيقة، وفي صميم هذه الأماني التي تعتمل في نفوسنا يكمن الجوهر الإلهي في أعماقنا.

فلأعثر على حريتي بك يا رب، ولأدرك أن بيتي الحقيقي هو وجودك الكلي وأنني جزء لا يتجزأ من وعيك الكوني.

أيها البحر الرباني الزاخر، دع أنهار رغائبي المنسابة وسط صحاري العوائق والعراقيل تمتزج أخيراً في خضمّك الأعظم.9

فقط في الحصن الإلهي نجد حماية وأمناً، وليس من ملجأ آمن كالشعور بقربنا من الله وملامسة حضوره .

بما أن الإنسان محكوم بالعادات التي تشكّل الميول والنزعات والطباع والرغبات، فإن كانت تلك العادات سيئة تصبح الطباع مؤذية والأفعال شريرة. لذلك من المستحسن أن تكون الأولوية للعادات الطيبة لأنها عندئذ توجه أفعالنا وأفكارنا نحو أهداف نبيلة وتعود علينا بالصحة والسعادة.

حيثما وُجِدت نفوسٌ حزينة ومتألمة أجد راحتي في خدمتها وتقديم العزاء لها. سأبذل ما بوسعي لإسعاد الآخرين وسأشعر بشعورهم كما لو كانوا نفسي.

القدرات العقلية موجودة في الإنسان ولكنها غير نامية في معظم الناس، وعدم تنمية تلك القدرات يقود إلى عواقب وخيمة.

فالعقل كالجسد يحتاج إلى الغذاء المناسب والتمرين الصحيح من أجل الصحة والنشاط.

الماسة تستقبل وتعكس النور، وهكذا النفوس النقية الشفافة التي تعرف الله وتتألق بحضوره.

يا رب، أنت الثروة الحقيقية في الحياة، وبالعثور عليك أولاً سأجد بك كل ما أحتاجه.

عادة ما يركز الناس فقط على الطعام والهواء وأشعة الشمس لإبقاء الجسم في حالة جيدة، لكن قد يأتي وقت تتدهور فيه الصحة بالرغم من وجود مدد وافر من هذه المصادر الخارجية للحياة. عندئذ تبزغ الحاجة لشحن بطارية الجسم بالطاقة الحيوية من المصدر الداخلي.

إن اقترب قاربُ عقلي من صخور الرغائب الجشعة التي تنطوي على أخطار ومحاذير، مدفوعاً بأنواء الجهل العاتية، فكن يا إلهي منارتي وارشدني دوماً إلى شطآن بِرك وصلاحك.

الفكر كاللهب الذي ينبغي استخدام قوته المركزة لحرق العقبات التي تحول دون تحقيق الإنجاز.

يمكن العثور على الله بالحب الإلهي المتواصل. عندما نحب الله أكثر من عطاياه سيأتي إلينا. لقد منحنا حرية الإختيار وقوة الإرادة لكي نتمكن من التمييز بين عطايا العالم الطفيفة الزائلة وهبة القرب منه والتنعم بحضوره المبارك.

لقد أُعطيت لنا الذاكرة كي نتدرب على تذكّر الأشياء الطيبة إلى أن نتمكن أخيراً من تذكّر الخير الأعظم: الله.

نسيم حبك ينساب من خلالي يا رب! وأوراق أشجار حياتي تتراقص مبتهجة بقدومك. حفيفها المغتبط ينساب في الأثير ويدعو المتعبين كي يستريحوا في ظل سلامي الروحي.

ليس المقصود من صعوبات الحياة أن تسبب لنا الأذى، ففي المشاكل والأمراض دروس لنا. تجاربنا المؤلمة ليس الهدف منها القضاء علينا بل لصهر الشوائب التي في نفوسنا من أجل تنقيتنا وتسريع عودتنا إلى مصدرنا النقي – الله - الذي يعمل بشتى الوسائل والطرق على مساعدتنا وإعادتنا إلى بيتنا السماوي.

اللانهاية هي بيتنا الحقيقي وسياحتنا إلى هذه الأرض وفي هذه الأجساد المادية هي بمثابة رحلة بتأشيرة قصيرة الأجل.

يا رب، إنني أدرك بأن المديح لا يرفع من قدري ولا المذمة تقلل من شأني. فأنا كما أنا أمام ضميري وأمامك. سأواصل السير على الطريق، باذلاً ما بوسعي لخدمة الجميع، وعاملاً على كسب رضاك.. وبذلك تكمن سعادتي.

إنك مخلوق فريد وجوهرك رائع، فتعرف على ماهيتك الحقة.

مع بزوغ فجر قدومك ستتفتح براعم أشواقي إلى زهور عاطرة ناضرة.

عجّل يا رب بإطلالة ذلك اليوم الذي به أضفر قلادة من تلك الزهور الندية وأضعها على أعتابك المباركة.

بدلاً من السعي الدائم لإسعاد الشخص نفسه وحسب، يجب أن يحاول أيضاً العمل على إسعاد الآخرين. وعندما يحاول تقديم خدمة روحية أو عقلية أو مادية للغير، سيجد أن احتياجاته الذاتية قد تحققت... وأن كأس حياته طافح بالسعادة.

الذين يحرزون على الأرض انتصاراً باهراً على الظلام سيكون نور المجد من نصيبهم وسينعمون بالسلام والسعادة الباطنية.

انثر يا رب عى الدوام بذور بركاتك في تربة قلبي المحروثة بالابتهال كي تنمو إلى أشجار ظليلة تحمل غصونها أشهى وأعذب ثمار معرفة الذات.

غالباً ما نظل نتألم دون أن نبذل مجهوداً للتغيير، ولهذا السبب لا نجد سلاماً ورضاً دائمين. لو واظبنا على المحاولة وبذل المجهود لاستطعنا بكل تأكيد التغلب على كل الصعوبات. يجب أن نسعى جاهدين للانتقال من الشقاء إلى السعادة، ومن القنوط إلى الشجاعة.

أيها الحب الإلهي، وحّد محبتي بمحبتك، وامزج حياتي بسرورك، وعقلي بوعيك الكوني، واسقني من ينبوع فرحك الأبدي.

قلب المريد الصادق يلهج دوماً: "يا إلهي وحبيبي، لا أريد الإنغماس في معمعان هذا العالم الوهمي، وكل ما أريده هو

إيقاظ حبك في قلوب الناس. إن قلبي وروحي وجسمي وعقلي وكل ما أملكه هو لك يا رب." ذلك المريد يصل إلى الله ويتعرف عليه.

امنحنا يا رب فكرة جديدة وحقيقية عن الإخاء. فلنهجر الحروب ولنشفِ جراحات الشعوب بمرهم المحبة والبلسم الدائم للفهم الودي التعاطفي.

باركنا كي نتحرر من نفوذ الطمع وهيمنة الخداع وسيطرة الأوهام، وساعدنا كي نبني عالماً جديداً لا يكون فيه المرض والجهل والمجاعة سوى أحلام من الماضي الموحش الكئيب.

دعنا نحل كل المشكلات لا بمنطق الغاب بل بالفهم والصواب والثقة الراسخة بك وبعدلك الإلهي.

لقد جمعتنا الحياة هنا لنبقى معاً لفترة من الزمن ومن بعدها ننطلق في اتجاهات مختلفة. ولكن إن كان حب الله يسكن نفوسنا فلا يهم إلى أين نتوجه لأننا مهما ابتعدنا عن بعضنا سنظل في دائرة الحب الإلهي ولن نفترق أبداً.

اجعلني يا رب نسر التقدم الروحي المحلق عالياً فوق أزقة ضيق الأفق والتطرف.

نادني إلى آفاق أعلى وأعلى، خلف الاهتزازات الأرضية الكثيفة والغيوم الحاجبة لنور الشمس.

فلأستقل جناحيّ التوازن للعيش الصحيح، ولأنطلق إلى تلك الأجواء الشاهقة فوق كل العواصف والأعاصير حيث الآفاق الرحبة والمدركات السامية.

يأتي السلام عندما نفتح قلوبنا للمحبة ومشاعر الخير. فذوو القلوب المُحبة والناشطون في الأعمال الخيرة يشعرون بالسلام لأنه يسكن بهم. السلام هو محراب السماء وهو الركيزة الأساسية للحياة السعيدة.

يجب أن نفكر دوماً بالجمال الإلهي خلف الأزهار، وبالنور الكوني خلف الشمس، وبالحياة العظمى التي تومض في كل العيون.

عندما يكون الشخص لطيفاً حقاً ويبدي احتراماً نحو الآخرين، ويقابل المجاملة بمثلها، سيُعامل دوماً بتقدير واحترام.

سأبث محبتي للآخرين علني أفتح منفذاً لمحبة الله كي تأتيني وتسكن قلبي.

دعني يا رب أكون منارة للغارقين في لجج الأحزان. وساعدني كي أعمل على إسعاد الآخرين عرفاناً للفرح الروحي الذي أغدقته عليّ.

سأصهر الكراهية في نار محبتي.. وسأسامح الآخرين وأمنح الحب لكل القلوب الصادية.

الحب الحقيقي هو الحب الذي يَسعد براحة المحبوب.

ليشرق يا رب نورك علينا وليملأ حبك قلوبنا على الدوام.

إن امتلاك الإنسان لروح المبادرة يعني امتلاكه لقوة التصور الإبداعي التي تمكّنه من ابتكار شيء ما لم يسبقه إليه أحد من قبل... كل شخص مولود بهذه الميزة الموهوبة له من الله.

إن أعظم حب هو الحب الإلهي الذي يجعل الحياة جميلة على نحو يصعب وصفه. عندما تشعر أن الله معك، يأتي إليك حيثما كنت ويرشد خطواتك يكون الحب الإلهي قد بدأ.

قوة الحق تنطلق بعكس اتجاه الريح.

يا رب، عندما تواجهني مشاكل مؤقتة، دعني أتذكر أفضالك العميمة عليّ في الماضي، موقناً بأن عونك لا يفارقني وعنايتك تواكبني على الدوام. إليك أرفع امتنان قلبي لكل بركة تأتيني من يدك الكريمة.

قطرات الحب تشعشع في النفوس الطيبة، والله يمكن العثور عليه فقط في بحر الحب.

الفهم هو المصباح الذي ينير درب الإنسان ويجلب له النجاح.

في فصل الربيع يرصع الله الطبيعة بأبهى الورود والأزهار ذات الحلل البديعة والألوان الزاهية.

السلام هو البشير الأول الذي يعلن الاقتراب من الحضرة الإلهية. بعد ذلك يتحول السلام إلى أنوار أشد سطوعاً من الفرح الذي لا انتهاء له.

عندما أغوص عميقاً في بحر التأمل أشعر بخفقة مباركة داخل كياني وأسمع صوتاً هامساً يقول: "إنني قريب."

يجب التوجه إلى الداخل حيث تعرب النفس عن ذاتها. فمن أعماق الروح تبزغ كل اختبارات الحياة الباطنية.

عندما تحقق النفس ذاتها مع الوعي الإلهي تشعر بغبطة عظيمة وبتمددها في الفضاء اللامحدود.

إن استخدمت كل الوسائل والوسائط الخارجية المتاحة لك، إضافة إلى قدراتك الطبيعية، من أجل التغلب على كل العقبات التي قد تعترض طريقك، فستنمّي القوى التي وهبها الله لك: تلك القوى غير المحدودة التي تنبثق من أعمق أعماق كيانك.

الحب يسير على الدرب الذهبي الذي يوصل إلى الله.

سأنشر أشعة شمس الأماني الطيبة والنوايا الحسنة حيثما تسلل ظلام سوء الفهم.

عندما تهجم عليك المصاعب ومع ذلك ترفض التوقف عن المحاولة وبذل المجهود، بالرغم من كل العوائق والعقبات، عندئذ يستجيب لك الله ويكلل مساعيك بالنجاح.

يا رب، سأقتطف زهرة الشوق من بستان قلبي وأضعها تقدمة حب على أعتابك المقدسة.

بما أن أفكارنا وكلماتنا هي البذور التي ستجلب لنا محصول المستقبل، سأبدأ من اليوم بملء وعيي بالأفكار الإيجابية الطيبة.

أطير وأحلق بطائرة وعيي إلى أعلى وأسفل، شمالاً ويميناً، في الداخل والخارج وفي كل مكان.. لأجد أنني في كل ركن من أركان الفضاء كنت وما زلت في حضرة الله.

عِش كل لحظة في وعي علاقتك بالمطلق اللانهائي. لا توجد نهاية لوعيك، وكل الأشياء تومض وتتألق كالنجوم في سماء كيانك.

الترك أو عدم التعلق هو الطريق الحكيم الذي يسير عليه المريد، مترفعاً بإرادته عن أشياء زهيدة من أجل أمور جليلة. إنه لا يقيد نفسه بالمتع الحسية العابرة رغبة في الحصول على فرح باطني متجدد. الترك ليس غاية بحد ذاته لكنه يمهد الطريق لبزوغ مزايا النفس وقواها الروحية.

المظفر الروحي يتقدم بخطوات جريئة على دروب الحياة.

يجب أن يستفيد الإنسان إلى أقصى حد من حياته الحاضرة، وأن يفتح نوافذ قلبه ويوقظ وينعش ملكات روحه الهاجعة.

خلف أقنعة التغيير والتبديل يكمن الحضور الإلهي. ومن يقدر على تثبيت مرآة عقله ومنعها من الارتجاج، يعاين في تلك المرآة الصافية وجه المحبوب الكوني.

الحب أقوى من الموت ومن ويلات الزمن.

تحليل الذات هو سر النجاح، والتأمل هو مرآة نرى من خلالها زوايا داخلية تبقى بخلاف ذلك محجوبة عن بصرنا. يجب تشخيص الإخفاقات وفرز الميول الصالحة والطالحة والتعرف على معوقات التقدم والنجاح.

ما أروعك أيتها الصداقة! يا من تستقين من مياه الاهتمام الودي الصادق ويرطب أوراقك ندى العذوبة الداخلية والخارجية النابع من أعماق القلوب المخلصة الوفية.

رأيت ذات يوم نملة صغيرة تحاول تسلـّق كومة من الرمل، فقلت بيني وبين نفسي: لا بد أن النملة تفكـّر بأنها تتسلق جبال الهملايا! ربما بدت كومة الرمل هائلة الحجم بالنسبة للنملة ولكن ليس لبصري. وبالمثل فإن ملايين من أعوامنا الشمسية قد تكون أقل من دقيقة واحدة في عقل الله.

يجب تدريب أنفسنا على التفكير بالأمور العظيمة مثل الأبدية واللانهاية.

لقد تجولت في عالم اللانهائية وعاينت الضباب المتوهج في أرض النور، وفي ذلك الألق الحي قرأت معاني الخفايا المدونة على صحائف الزمن.

عندما تنام تقوم بتسكين الأفكار والإحساسات تسكيناً سلبياً. أما عندما تقوم بتهدئة الأفكار والإحساسات بطريقة واعية بالتأمل، تختبر أول ما تختبر حالة من السلام فتقوم عضلات الوجه بتشكيل ذاتها على هيئة ابتسامة تعكس سلام القلب. ولكن يجب أن تتطلع إلى ما بعد حالة السلام كي تبصر نقاء روحك. ذلك النقاء الذي لا تشوبه ولا تشوهه الإثارات الحسية أو ردود الفعل التلقائية الناجمة عن الأفكار المقترنة بالحواس. الحالة التي تختبرها عندئذ هي غبطة دائمة التجدد.

إن وضعتَ إناءً من الماء تحت ضوء القمر ثم خضخضت الماء ستخلق صورة مشوهة للقمر. وعندما يهدأ الماء في الإناء يظهر الإنعكاس جلياً. اللحظات التي يكون الماء في الوعاء راكداً وعاكساً لوجه القمر بصفاء يمكن مقارنتها بحالة السلام التأملية وبحالة السكون الأكثر عمقاً. في سلام التأمل تنعدم كل أمواج الإحساسات والأفكار من العقل. وفي حالة السلام الأعمق غوراً يبصر المتأمل في تلك السكينة بدرَ الحضور الإلهي منعكساً في بحيرة النفس.

هناك أربع حالات يعرفها الشخص العادي: فهو يشعر بالسعادة لدى تحقيق رغبة ما، ويشعر بالتعاسة إن امتنع عليه تحقيقها. أما عندما لا يكون سعيداً ولا مكتئباً فيشعر بالضجر. ولدى تخطي هذه العواطف أو الحالات النفسية للذة والألم والضجر يشعر بالسلام.

السلام حالة مرغوبة جداً ناجمة عن انعدام حالات الحزن واللذة وغياب السأم. وهذه الحالات هي دائمة التماوج على صفحة النفس. فبعد امتطاء هائج صاخب لموج الألم واللذة، بما في ذلك انغماسات متكررة في لجج الضجر، هناك متعة في العوم على صدر بحر السلام الهادئ. لكن أعظم من السلام هي النشوة الروحية.. غبطة النفس.. منتهى السعادة. إنها فرح متجدد لا يختفي أبداً بل يلازم الروح طوال الأبد. ذلك الفرح الأعظم يمكن بلوغه فقط بإدراك الحضور الإلهي.

الإبتسامة الحقيقية هي ابتسامة السعادة الروحية المتحصلة من التأمل والتفكير بالله والإحساس بحضوره.

ابتسامتي تنبع من ابتهاج عميق في كياني.. ابتهاج يمكن لكل إنسان أن يحصل عليه. فهو يشبه أريجاً متضوعاً من قلب وردة النفس المتفتحة. هذا السرور العظيم يدعو الآخرين للابتراد في مياه الغبطة المقدسة.

في نور الصفح المبارك تتلاشى ظلمة الكراهية المتراكمة على مدى سنين طويلة.

إن الله يحقق بسرعة أية حاجة لمتعبديه لأنهم تحرروا من الدوافع الأنانية التي تحبط المساعي وتخيّب الآمال.

من يحمه الله لا يقدر شيء على تدميره.

لسنا وحيدين في هذا العالم، فالله معنا وهناك علاقات ودية حميمة تدوم ونستمد منها الدعم والفرح

أيا كوكب الهداية المتألق في سماوات الحكمة، إن وميضك الباهر يدعوني لارتياد آفاقك المباركة، وطائر حنيني يندفع بسرعة فائقة، مخترقاً الأجواء الكثيفة المكفهرة، يحدوه الشوق إليك والتنعم بوهجك الأقدس.

تبدأ شخصية المرء بالتطور والتفتح عندما يتمكن من الشعور - عن طريق الإحساس الباطني الحدسي - بأنه ليس الجسد المادي الصلب بل التيار الروحي الأبدي داخل الجسد.

عندما يطفح قلب المريد بحب الله سيشرق وجهه بابتسامة السلام والحكمة، وستتفتت طبقات الجهل التي تغلف نفسه وتتلاشى تماماً.

عندما تنظر إلى زهرة أو شجرة تعلم أن هذه الأشكال الجميلة للحياة لم تأتِ للوجود من تلقاء ذاتها، فالله هو الذي صورها ووهبها الأريج والرونق البديع.

قم دوماً بإنجاز واجباتك الصغيرة والكبيرة بانتباه عميق، متذكراً بأن الله يهدي خطواتك ويعزز جهودك لتحقيق طموحاتك الشريفة.

عندما يتصل الإنسان بجوهره الروحي فإن الأزمان المنسية الغابرة وقوى النفس الخالدة ستعود إلى وعيه. في التأمل يتذكر الإنسان أنه نفس خالدة وليس جسداً فانياً.

في كل مكان نجد الناس، الطيبين منهم والأشرار، يبحثون بطريقتهم الخاصة عن السعادة. ما من أحد يرغب بإلحاق الأذى بنفسه. إذاً لماذا يتصرف بعض الناس بطريقة شريرة تسبب لهم حتماً الألم والحزن؟ لأن تلك الأفعال مدفوعة بالجهل والأوهام.

نسألك يا رب أن تشرق علينا بنور حكمتك وأن تبعد عنا ظلمة الجهل والوهم.

يجب أن يكون الشخص الواعي حذراً بدلاً من الشعور بالخوف، ويجب أن ينمي داخل نفسه إحساساً جريئاً دون طيش وتهور كي لا يعرّض نفسه لظروف قد تثير الخشية والقلق.

الحكمة لا تعتمد على ضخ المعلومات من الخارج بل على قوة التقبل الداخلية والتي تحدد مقدار المعرفة الحقيقية التي يمكن اكتسابها والسرعة التي يمكن بها إحراز تلك المعرفة.

هذا العالم هو مجرد مسرح نؤدي عليه أدوارنا بتوجيه من مدير المسرح الإلهي. يجب أن نحسن الأداء بصرف النظر عن طبيعة الأدوار المخصصة لنا، متذكرين على الدوام أن طبيعتنا الجوهرية هي غبطة دائمة.

أحكم الحكماء هو من يسعى للتعرف على الله، وأنجح الناجحين هو من عثر على الله.

أيها المحبوب الإلهي، لتحتل المقام الأول في حياتنا، وليملأ حبك الشافي قلوبنا، وليبدد نورك المبارك ظلمة الهموم من نفوسنا.

الحرية معناها العمل بوحي الضمير وليس بإملاء العادات والرغبات. إطاعة الأنا وأهوائها تورث القيود، أما الإمتثال لإيحاءات الحكمة فيمنح التحرر من تلك القيود.

طمأنينة النفس يمكن العثور عليها بالتنمية الإرادية الواعية للمزايا الطيبة والتي عندما تصبح مكتملة النمو لا يمكن لأحد انتزاعها من صاحبها ما لم يختر هو التخلي عنها بمحض إرادته.

معظم الناس يبحثون عن السعادة باستخدام أساليب مغلوطة. البعض يظن أن باستطاعته مضاعفة سعادته بانتهاج سلوكيات خاطئة وأفعال غير سليمة تبدو وكأنها تمنح وعوداً براقة بسعادة عارمة دائمة فينخدع بتلك الوعود الزائفة إذ لا يمكن تذوق طعم السعادة الحقيقية في جحيم الأوهام الباطلة والأفعال الخاطئة.

كل دقيقة هي أبدية لأن الأبدية يمكن اختبارها في تلك الدقيقة. الأيام والدقائق والساعات هي نوافذ يمكننا من خلالها رؤية الأبدية. الحياة قصيرة وفي نفس الوقت هي سرمدية لا انتهاء لها. النفس خالدة، وخلال فصل الحياة البشرية القصير يجب الاستفادة إلى أقصى حد من كل الإمكانات والفرص المتاحة.

الكلمات الروحية هي كالبذور التي تحتاج إلى تربة خصبة لكي تنبت وتنمو وتزهر وتثمر.

النمو الروحي يلزمه وقفة مع الذات، وإعادة ترتيب أولويات الحياة، وتحديد العادات الضارة والتخلص منها، ومراعاة قواعد وقوانين الصحة بما يتماشى مع الفهم الروحي المتطور والقوة العقلية المتنامية.

عندما يتذوق المريد الفرح الإلهي سيجد أن الله قد أصبح حقيقياً بالنسبة له أكثر من أي شيء آخر، وسيدرك أن ملامسة الحضور الإلهي غبطة لا تعادلها أية متعة حسية.

إن الله يعمل على إيقاظ وعي الإنسان الروحي وتوجيه إرادته في المسار الصحيح من خلال جمال الفضيلة وعظمة التسامح وجلال الحكمة وروعة السعادة الروحية.

لن أعتبر الآخرين غرباء لأنني أشعر بأن الجميع هم أخوتي وأخواتي. سأجعل حياتي ناجحة ومثمرة كي أساعد الآخرين على النجاح والإنجاز. سأشعر بشعور الغير وأتعاطف معهم مثلما أتعاطف مع نفسي. سأحب الله مثلما أحبه الأنبياء والأولياء، وسأرمي بالأنانية في بئر محبتي للآخرين.

خلف هذه الحياة الأرضية المتقلبة والخاضعة للموت توجد حياة أبدية عديمة التبديل. الجسد مُركّب من عناصر كيماوية خاضعة للتحلل والاندثار، لكن ما وراء هذه الحياة العابرة توجد حياة سماوية خالدة في كنف الله. لذلك يجب ألا نحصر كل اهتمامنا في هذا الجسد غير الدائم، وعلى الراغب أن يتحمل تجاربه ويكون سيده.

اليوم سأحاول مساعدة المحتاجين وإعطاء ما أقدر عليه للجائعين.

إنني آمن مطمئن في حمى الله وخلف أسوار ضميري المرتاح. إنني واحد مع نور الخير الذي يهدي سفن الأنفس التي تتقاذفها أمواج الحزن في بحر الحيرة والقلق.

اليوم أحس بالله في خفقة السلام التي ترتعش في نفسي وتحرك أوتار قلبي.

سأعمل كل ما بوسعي لإسعاد الآخرين تماماً مثلما أعمل جاهداً لإسعاد نفسي، ومن خلال سعادتي الروحية سأخدم الجميع في بيت الحب الإلهي ولن أخشى شيئاً سوى نفسي فيما إن حاولت مخادعة ضميري.

من بساتين الروح

تنوي الذهاب إلى مكان ما، فتستعجل نفسك رغبة في الوصول إليه بسرعة، وعندما تصل تجد أنك لا تستمتع بالمكان بسبب ما يعتمل في نفسك من لهفة وقلق وربما اضطراب. حاول بدلاً من ذلك أن تكون أكثر هدوءاً ورصانة واتزاناً. وإن جنح الفكر للقلق والاهتياج اصفعه بإرادتك حتى يلزم الهدوء.

الإثارة تؤثر سلباً على توازن الأعصاب، لأنها ترسل كمية كبيرة من الطاقة إلى بعض أعضاء الجسم وتحرم غيرها من حصتها الطبيعية، وهذا النقص في التوزيع الصحيح للطاقة هو سبب العصبية. الجسم الهادئ المرتاح يريح الأعصاب ويستجلب الطمأنينة النفسية.

في تناغم النفس مع الله تبدأ البصيرة بالتفتح التدريجي. يجب امتلاك الثقة التامة بأن الله سيستجيب لكل ابتهال نابع من القلب. ومن يتوجه إليه طلباً للإستنارة سيفتح بصيرته وينير عقله وقلبه.

عندما تنفتح البصيرة فإنها تظهر بصورة شعور يبدو أنه نابع من القلب، وذلك الشعور على درجة عالية من الدقة والصفاء. ومع ذلك الشعور سيحصل المريد على قناعة راسخة وتوجيه صائب لانتهاج المسار الصحيح، وسيتمكن تدريجياً من تمييز ذلك الشعور والوثوق به.

هذا لا يعني الإستغناء عن التفكير، فالتفكير الهادئ وغير المتحيز يقود أيضاً إلى البصيرة. أما التفكير العاطفي المدفوع بالغرور والإعتداد بالنفس فيقود إلى فهم مغلوط واستنتاجات خاطئة.

ارفض رفضاً قاطعاً الشك الهدام والإعتقاد الخاطئ وتوجه قلباً وروحاً إلى مملكة الإيمان والثقة التامة بالله. وفي هدأة التأمل سيتمكن وعيك من التركيز على الحقيقة والفهم الصحيح. في ذلك الإختبار يزهر الإيمان ويتفتح، وعن طريق البصيرة ستختبر {ما لا عين رأت، ولا أذن سمعت، ولا خطر على قلب بشر}

كل نفثة من نفثات حنيني وابتهالي تفتح في روحي أبواباً ونوافذ منها أعبر إلى نعيم الله.

مثلما تشع الشمس على أكثر الطرقات اكتظاظاً هكذا سأبصر إشعاعات الحب الإلهي في كل الأماكن المكتظة لنشاطاتي اليومية.

باركني يا رب كي أوقظ روحي مع صحوة الفجر وآتي بها إلى أعتابك المباركة.

يا رب، امنحني روحاً تتسم بالسخاء كي أشارك الآخرين بما عندي وساعدني كي أبصر في بحيرة عقلي الساجية انعكاس قمر روحي متألقاً بنور حضورك.

اليوم سأغوص عميقاً في بحر التأمل والتفكير بالله إلى أن أعثر على لآلئ الحكمة والفرح الإلهي.

سأحبك يا رب أكثر من أي شيء آخر لأنني بدونك لا أقدر على محبة أي إنسان أو أي شيء.

في أغوار الجبال والسموات الساكنة.. وفي أعماق روحي وكهف السكون أحس بوجود الله وأشعر بغبطته الدائمة وأشرب من ينابيعه الصافية التي لا تنقطع ولا تجف طوال الأبد.

أحبك وأعبدك يا رب يا من يستوي حبك على عرش كل قلبٍ طيب ومحب.

طلب أحدهم من المعلم برمهنسا كي يدله على طريقة تساعده على امتلاك شخصية مغناطيسية جذابة، فقال: يجب أن تكون ذا حضور فكري عند مخالطة الآخرين لأن شرود الذهن يدمر الشخصية أكثر من أي شيء آخر. طبعاً لا أقصد شرود ذهن العظماء الذين عادة ما تكون أفكارهم مستغرقة في أمور كبيرة.

كن يقظاً وواعياً دوماً وستصبح مغناطيسياً جذّاباً.

ما من أحد يحب أن يتجاهله الآخرون. كلنا نريد أن تراعى مشاعرنا ونؤخذ في الإعتبار، وبالمثل علينا أن نراعي مشاعر الناس ونبدي نحوهم اعتباراً، تحقيقاً للألفة والوفاق والإنسجام. ولكي تفعل ذلك يجب أن تكون يقظاً، متوقد الذهن، ومنتبهاً لكل من حولك.

لا قدرة للميت على إهانة الآخرين، لكن الذي لا يعيرهم انتباهاً يفعل ذلك.

عندما تكون في صحبة الآخرين تفاعل معهم بانتباه وحيوية واهتمام، لكن تحاشَ الحديث عن نفسك.

الكل يريد التحدث عن نفسه لكنه أسلوب واهٍ. ليتحدث الآخرون عن أنفسهم إن أرادوا، فاصغ لما يقولونه. دعهم يتحدثون عن مشاكلهم ومآثرهم وانطباعاتهم، أما أنت فدع مغناطيسيتك تتحدث عنك. نور المصباح يتحدث عنه بوضوح تام، فدع اهتزازاتك الصامتة تتحدث عنك بنفس الوضوح.

لقد أراني الله في رؤيا أن الذين يموتون في القتال يحلمون حلماً مريعا للموت، لكن حالما يرتفع الطيبون من الجسد يتيقظون كيقظتهم من كابوس مزعج ويسرّهم التحرر منه.

إن كل تجارب حياتنا هي جزء من الحلم الكوني. الإنسان هو من خلق كابوس الحرب، ولكن بعد أن يغادر ضحايا الكابوس أجسادهم يدركون أن ذلك كان حلماً مريعاً تيقظوا منه، ويدركون أنهم ليسوا أمواتاً. تلك حقيقة ميتافيزيقية عظيمة.

لو علم الإنسان أنه يحلم لما تألم من تجارب الحلم المزعجة. ولكن إن حقق ذاته مع الحلم ووجه له أحدهم ضربة قاضية فإن ذلك الموت الحلمي يبدو اختباراً حقيقياً ورهيباً حتى يستيقظ ويدرك أن ذلك لم يكن حقيقياً.

وهذا ينطبق أيضاً على حالة ما بعد الموت. فما أن نغادر أجسادنا حتى ندرك أن وعينا لم يمت بل أننا تحررنا من الجسد وقيوده ومحدودياته المادية، وفي ذلك الإنعتاق تكمن حرية كبرى.

يجب أن لا نطلب الموت أبداً، بل يجب بالأحرى أن نحضّر وعينا بالتناغم مع الله والتأمل عليه، بحيث عندما يأتي الموت في حينه نتمكن من النظر إليه كحلم ليس أكثر.

أستطيع أن أرى الطبيعة الحالمة للحياة والموت متى أردت. لذلك فإنني لا أعلق أهمية كبيرة على هذا الجسد.

هناك فيزيولوجيا روحية تقوم عليها الجملة العصبية، تتيح للإنسان على نحو فريد بلوغ أسمى مراحل تطور الوعي.

فدماغ الإنسان الأكبر من أدمغة معظم الحيوانات باستثناء الحوت والفيل هو أكثر تعقيداً ويمتلك أكبر قدرة على التفكير. وهذا يجعل من الدماغ البشري أداة مناسبة للإنسان الذي يمتلك

وعياً أكثر تطوراً من وعي باقي المخلوقات. وتلافيف الدماغ الدقيقة والمعقدة تتيح للإنسان أكبر قدر من التفكير الكبير والعميق. ولذلك فالإنسان وحده قادر على بلوغ مستويات متقدمة من التمييز، وبالتالي معرفة خالقه. والحكيم هو من يوظف قدراته العقلية في خدمة ومنفعة البشرية على الصعيد المادي والعقلي والروحي.

حلَّ الشتاء بردائه الأبيض الزنبقي البارد

وتناومت رغائبي لمباهج الصيف.

وقيل لي كي ألتمس دفءَ قلبك الحنون..

وإذ أطلَّ الربيعُ راقصاً، مزداناً بشتى الزهور..

مضمخاً بعطر الحقول والروابي.. قيل لي كي أحبك يا إلهي.

وأتى الصيفُ منشداً ألحانه الخضراء في الأوراق الغضة وحفيف الحور وهفيف الصنوبر،

فألحَّ عليّ كي أنشد لك..

وحتى التربة الطرية القلب داعبت قدميّ المتعجلتين

والتمستْ منهما الاقتراب من محرابك الكلي الوجود.

وقالَ لي الشذى الناعم كي أتتبع مساره..

إلى هيكلك القدسي في قلب الورود والرياحين المتمايلة.

والطيور قالت لي كي أغني لك مثلها..

والنسيم المتماوج فوق الغدران والسواقي

أوقظ فقاعات محبتي لك فراحت تمرح فوق صدرك الكبير.

ومع ألياف العشب المنحنية بهاماتها تعلمت كيف أنحني

وأسجد لك يا رب.

والبخور أيضاً حدثني عن روائع أريجك البديع

وكيف ينبغي أن أحتفظ بقلبي مليئا بعطرك القدسي أمام عرشك اللانهائي.

والأحجار الصغيرة الخرساء الصابرة قالت لي كي أبصرك حتى في الذين يحاولون سلبي سعادتي..

وطلبتْ مني السنون المنسية كي أرسل لأخوتي البشر رسالة محبة ووداد مغلفة في كل دقيقة وثانية..

وكل فكرة قالت لي كي أبحث عنك في قلبها..

وأوحى لي حبي كي أحب كل الموجودات بكَ..

وهمس حبي لي كي أحبك بما أوتيت من قوة يا إلهي.

ذات مرة استلقيتُ على سرير من الأعشاب والزهور وحلمت أن كل ما في الوجود جميل وبهيج.

كان رأسي مستنداً إلى حشائش طويلة خضراء وكثيفة، تروّح لي بنسمات تحمل شذىً عذباً.

ثم استحثني دافعٌ لأن ألمس يدي وجسدي، فدهشت من عظمة صانعه. أجل، دهشت كيف أنني أنا المتيقن من حقيقة جسدي سوف أغادره يوماً ما كي يتوسد الثرى... هذا الجسد الذي سيصبح بارداً، شاحباً، عديم الحركة وقت الموت، في حين يبدو الآن نابضاً بالحياة ويأوي مئات الأحاسيس وملايين الأفكار ومليارات الخيالات والتصورات.

هذا الجسد هو المسرح الذي تدور عليه فصول الحياة حيث تتفتح براعم البسمات لتعْقبها فيما بعد حتمية الوفاة. هنا وسط اللحم والعظم والدم، وخلف قناع البشرة الجميل تقبع ذئاب الأمراض وسباع الرغبات.. وهنا أيضاً تحت اللحم يوجد معبر سري إلى مملكة النور. هذا الجسد سيذوى ويضمحل عندما يغادره سيده – النفس – دونما رجعة. ولمَ لا؟ فعندما يسأم السيدُ المستنير للمقر الجسدي العيشَ في كوخ المادة الموحل المتداعي، مقيداً بحبال الأعصاب التي تقتضي رعاية دائمة، يطيب له الإقامة في بيت آخر في ركن ما من أرض الله.. في بقعة أخرى من الوجود الكلي حيث يتضوع عبير الفرح في كل مكان ودون انقطاع.

النفس الخالدة تمثّل دور الحياة والموت بابتسامة دائمة ثم ترتحل إلى بيتها الأبدي.

هل يتحتم على المتفرجين المكوث للأبد في دار السينما بعد انتهاء العرض؟ قطعاً لا.. إذ يجب أن يعود الناس إلى بيوتهم. وبالمثل، تأتي النفوس إلى هنا للتمتع بالعرض السينمائي لهذه الحياة ثم ترحل وتعود ثانية. إنها تحب رؤية الأفلام والمسرحيات، وعندما تمل من مشاهدة العروض التي حلمت بها، وتتقن الدروس التي يريدها الله أن تتعلمها تعود مرة وإلى الأبد إلى مقر النعيم السرمدي.

عندما لا تكون القيم مؤسسة على الحق فهناك ثغرات يتسرب البؤس والمعاناة من خلالها. إن كانت القيم قائمة على الأنانية والصراع المميت والمنافسة الحادة فالنتائج ستكون ملوثة لأن البواعث تكون غير نظيفة، ولن يكون المال مباركاً في مثل هذه الحالة.

يجب أن يطهر الإنسان وعيه من الأنانية وأن لا يحاول الإغتناء على حساب الآخرين. التنعم الحقيقي هو معنوي وليس مادياً، والمكسب الحقيقي في الحياة هو امتلاك كنوز الحكمة والمعرفة ومحبة الله.

يجب أن نحيا ببساطة ونعمل دوماً على مساعدة الآخرين وتحسين أوضاعهم قدر المستطاع. لكن تلك الغاية الشريفة لا تنسجم مع الأثرة والجشع دون اعتبار للآخر.

الدنيويون غير متوازنين ولذلك لا يعتبرون ناجحين. العيش البسيط المتوازن هو فن رائع وهو علامة من علامات النجاح. من يجعل همه الأول والأخير تحصيل المال لا يلقى عند الله قبولاً.

صحيح أن الله غرس فينا الإحساس بالجوع علّنا نعمل ونعيل أجسادنا، لكن إعالة الجسد ليست غاية الحياة الوحيدة. الغاية هي أعظم بكثير من أي اعتبار مادي أو زمني مهما بدا رائعاً ومجيداً وباهراً.

سأل أحد المريدين المعلمَ برمهنسا عن كيفية الإحساس بالحضور الإلهي فقال: "كل ليلة، وقبل الإستسلام للنوم، تأمل حتى تشعر أن وعيك قد اخترق عالم الأفكار ودخل بُعداً آخر. ومع ذلك فهذا ليس كل ما هنالك.. إذ بعد تحويل الفكر إلى الباطن يجب أن يتدفق الحنين وتندفع الأشواق كالطوفان نحو الله. عندما يسلّم المريد ذاته إلى الله تسليماً تاماً يحسّ فجأة بأنه لامس حضوره المبارك وتعرفَ عليه. وسيرى نوراً عظيماً في غاية السطوع، وقد يبصر الملائكة ونفوساً طيبة.. أو قد يشم عطراً سماوياً مثملاً، وسيعلم آنذاك أن الله قد استجاب له، وستنفتح بصيرته ويطلعه الله على خفايا الحياة. أو قد يغمره سلام عظيم أثناء التأمل. وإذا ما واصل التأمل وبث الله عظيم محبته سيحس بالفرح الإلهي الذي يفوق حد الوصف. وهنيئاً لمن يحظى بهذا الإختبار السعيد."

الحب الإلهي يفتح باب السماء حيث يدخل المريد إلى حضرة الله.

إن سأل إنسانٌ الله الكريم الحكيم كي يعطيه خبز الحياة الأبدية فلن يعطيه حجر الجهل المادي. وإن طلب المتعبد طعام الحكمة فلن يقدّم الله له حية الخداع. وإن سأل المتعبدُ الله الحصول على جوهر الغبطة الإلهية التي تطفئ كل ظمأ فلن يعطيه عقرب القلق والشقاء النفسي. إن عرف البشر المنخدعون كيف يعطوا أولادهم عطايا جيدة، فكم بالحري أن يعطي الرب – ينبوع كل خير ومسرّة – المعرفة الروحية والتنوير لمحبيه!

إن الله يجود بأسمى حكمة وأعظم معرفة على طالبيها، ويجود بذاته على المريد الجاد الذي لا يرضى عنه بديلا. من يبحث عن الله بمجامع قلبه وبكل همة هو أحكم الحكماء، وهو أعز الناس على الله. وعندما يتزايد حنين المتعبد يجلب لنفسه استجابة نادرة ومحببة من الله ويستمتع بنشوة الحب الفريدة التي يختبرها محبو الودود.

إن الشخص الحكيم الذي يلعب دوره في هذا الحلم الكوني بوعي روحي وشوق إلهي متعاظم هو قريب من الله عزيز عليه. فهو يمتلك المحبة النقية ويحب الله دون أي دوافع أنانية ودون أي شروط مسبقة، كأن يقول على سبيل المثال "يا رب سأتعبد لك شرط أن تمنحني الصحة والمال ورخاء العيش."

بين الحكيم والله محبة عميقة متبادلة لا حد لها ولا انتهاء. إن طلب أحدُهم الله طمعاً في غاية معينة فإن الله على دراية تامة بأن الإنسان مهتم بعطاياه أكثر من اهتمامه به.

ليس من الخطأ أن يصلي الإنسان من أجل تحقيق احتياجاته، لكن عندما يبتهل من أجل التعرف على الله ورؤية نور وجهه الكريم ينبغي ألا يرغب بأية مآرب شخصية من وراء ذلك وألا يكون فكره محصوراً بالهبات بل بالواهب نفسه. وعندما يتمكن المريد من القيام بذلك صدقاً فسيحصل تلقائياً على باقي الهبات الأخرى من ينبوع الجود وبحر الكرم.

طلب أحد المريدين من المعلم برمهنسا نصيحة حول كيفية التصرف حيال بعض المواقف والتعامل مع الآخرين، فقال:

اتبع الحق ولا تحد عنه، وتجنب التلفظ بما يجلب الأذى عليك وعلى الآخرين حتى وإن كان صحيحاً، ما دمت لا تبتعد بذلك عن روح الحق. وفي نفس الوقت يجب عدم الإنتقال إلى النقيض الآخر واللجوء إلى الكذب تجنباً لقول حقائق مؤلمة.

كن صادقاً مع نفسك ومع الآخرين دون التطرق إلى ما هو غير ضروري. قل الحقائق المُرضية وتجنب قول ما يؤذي الناس ولا ينفع أحداً. لا تطلع الآخرين على كل أسرارك رغبة منك بالصدق والصراحة، لأنك إن أطلعتهم على مواطن ضعفك فسيحاولون إيذاءك أو السخرية منك عندما يطيب لهم ذلك، فلماذا تمنحهم سلاحاً قد يوجهونه ضدك؟

تكلم وتصرف بكيفية تجلب السعادة والسلام لك ولغيرك.

من الضروري تنمية التمييز الروحي لمعرفة الفرق بين الحق الذي يجلب الخير وبين سرد وقائع دون النظر إلى النتائج التي قد تفضي إليها، فالأمور بخواتيمها... ليس من المستحسن قول كل ما تعرفه، وليس من المستحسن أيضاً المراوغة والتكتم على أمور ينبغي أن يعرفها الآخرون من أجل صالحهم.

عند عدم امتلاك التمييز الكامل فمن الأفضل التحفظ في الكلام إلى أن تمتلك إدراكاً مباشراً للحقيقة ذات النتائج العادلة للجميع.

داوم التفكير بالله واطلب عونه وهدايته وستنفتح بصيرتك فترى الأمور بوضوح وستحسن عندها التمييز.

شحن خلايا الجسم بحيوية الشباب

القوة الكونية تنساب إلى الجسم على الدوام ودون توقف، لكن معظم الناس لا يشعرون بهذا الفيض الحيوي الغزير. أما الذين يحسّون به فتتوهج خلاياهم بالنشاط ويشعرون بتيار منعش يمدّهم بقوة متجددة.

الطبيعة بأسرها تنحني إجلالاً لرب الكون، وقوّته تنساب من خلال الإنسان. لكن المشكلة تكمن في عدم توطيد العلاقة بين الإنسان ومصدر كل القوى . إننا نحيا مباشرة بالقوة الإلهية ولا جدوى لكل القوى الأخرى بدون قوة الله المعيلة.

الغذاء والأوكسجين وأشعة الشمس.. هذه العناصر يمكنها تزويدنا بالصحة إلى حدٍ ما، لكننا نحتاج لمعرفة الطريقة التي

بواسطتها يمكننا الحصول على الصحة التامة من المصدر اللانهائي، لأن المصادر المادية هي مجرد بطاريات صغيرة تفرَغ شحنتها، في حين أن المصدر اللانهائي هو مولّدٌ جبار لا تنضب قواه ويمد النفس بالنشاط والسعادة والقوة دون انقطاع. لهذا من الأهمية القصوى الإعتماد قدر الإمكان على المصدر اللانهائي.

يجب أن يتعلم الراغب الطريقة الصحيحة للإستفادة من ذلك المدد الحيوي من مصدره مباشرة، ويجب أن يدرك أن الفكر هو حقيقة، فكل المظاهر الطبيعية هي تجسيد للفكر الإلهي لأن الله فكّر بهذه الأرض قبل خلقها.

كثيرون يعتقدون أن الفكر هو من نتاج الجسد، لكن تكوين الجسد الفائق الدقة، والتنسيق الرائع بين أجزائه وأعضائه يشير بوضوح إلى أن الجسد هو من صنع عقل كوني فائق السمو.

الفكر هو العنصر الرئيسي الذي يتحكم بالجسم، ومن المهم جداً أن يتجنب الشخص الإيحاءات الفكرية للقصورات البشرية من مرض وضعف وهرم وإحباط ، وأن يؤكد لنفسه أن نشاطاً لا ينضب ينساب من خلاله وهذا النشاط موهوب بالذكاء وقادر على شحن خلايا الجسم بالعافية وحيوية الشباب.

الفكر هو الدماغ والمشاعر وإحساسات كل الخلايا الحية، وباستطاعته إبقاء الجسد إما ناشطاً يقظاً أو خاملاً متبلداً. الفكر هو الآمر الناهي، والخلايا الجسدية هي رعاياه التي تمتثل لأوامر ونواهي سيدها المطاع: الفكر.

إننا نبدي اهتماماً ملحوظاً بنوعية الغذاء الذي نتناوله يومياً، وبالمثل يجب أن نهتم بنوعية الغذاء الفكري والنفسي الذي نقدمه لعقولنا كل يوم.

العالِم الميتافيزيقي يقول أن الجسد ليس موجة كهرطيسية بل مويجة من الوعي سابحة في بحر الوعي الإلهي.

كل يوم يجب أن نعزز قوانا الجسدية وأن نضاعف قوانا العقلية ونتعرف على ذاتنا الحقة بالتأمل والتفكير السليم والعمل الإيجابي المثمر والمفيد للجسم والعقل والروح معاً.

لقد أنعم الله عليّ بالسعادة خلال هذه السنوات المديدة من عمري. وسواء رأى الناس ابتسامة الرضا على وجهي أم لا، فإن الفرح الإلهي يلازمني على الدوام ولا يفارقني أبدا.. ونهر

الغبطة العظيم يجري باستمرار تحت رمال وعيي ويتفجر ينابيعَ مباركة تروي حدائق حياتي.

لا تقلبات الحياة المفاجئة تقدر على تعكير صفو سلامي، ولا شبح الموت يمكن أن يسلبني تلك السعادة الروحية التي أحس بها.

كان من الصعب جعل تلك الحالة دائمة وغير قابلة للتغير، لكن ثمار الروح التي أتمتع بها الآن وأعمل على مقاسمتها الآخرين استحقت كل ذلك المجهود الذي بذلته من أجلها.

إنني أفكر وأعمل مدفوعاً بالروح الإلهي. لم يكن المال غايتي في الحياة بل خدمة إخوتي وأخواتي في الإنسانية. ولذلك فقد فتح الله لي الكثير من أبواب الخير لإعالتي وإتمام رسالتي.. وفي أية لحظة أحتاج إلى مساعدة يحققها الله لي على الفور.

أمنيتي الوحيدة هي خدمتكم، ولهذا الغرض أنا هنا.

إن قوة الله تعمل في حياتكم أيضاً. ستلمسون بأنفسكم هذه الحقيقة عندما يتعزز إيمانكم وتدركون أن الغنى لا يأتي من النجاح المادي بل من العلي القدير.

مع أن الحياة تبدو متقلبة غريبة الأطوار وغامضة تكتنفها الشكوك وتعج بكل أنواع المشاكل والإضطرابات لا زلنا مع ذلك في حماية الله الدائمة. يجب أن لا نضخم الأمور وألا نفقد رباطة جأشنا في مواجهة الأحداث لأننا إن سمحنا للهلع بالإستيلاء علينا فإننا نمنح بذلك أهمية للشر ونعمّق جذوره التي تنمو وتترعرع في تربة الرهبة والقلق.

يجب ألا نتوقع الحصول على السعادة والسلام الدائمين من اختبارات الحياة، بل يتعين علينا التماسهما والعثور عليهما في داخلنا. عندها، مهما كانت التجارب التي نمر بها سنتعامل معها بنفس الكيفية التي بها نشاهد اختبارات وتجارب شخص آخر في فيلم سينمائي، سواء كانت سارّة أو مؤلمة.

بإمكان الشخص تحويل كل تجاربه إلى اختبارات تعيسة مؤلمة إن هو سمح لفكره بذلك. فهو قد يمتلك الصحة الجيدة ومع ذلك لا يقدّر قيمتها. لكن إن أصابه مرض سيتواضع عندئذ ويقدّر نعمة العافية. يجب أن نعترف بفضل الله ونشكره على

نعمه التي يسبغها علينا دون أن ننتظر الظروف المعاكسة كي تجعلنا شاكرين وبالجميل معترفين.

الحياة يجب أن تكون مزيجاً من التأمل والعمل. عندما يفقد الإنسان توازنه النفسي يصبح عرضة لهجمات الهموم وأبخرة الأحزان ووخزات الألم. وإذا ما حاول خرق قوانين الصحة والبحبوحة والحكمة فإنه سيعاني لا محالة من المرض والفقر والجهل.

يجب أن نحتفظ بسرائرنا نقية ودوافعنا نظيفة وأن نتصرف بكيفية تجلب لنا السلام النفسي، وألا نسمح لظروف الحياة بتعكير صفونا وتدمير سعادتنا.

كما ينبغي أن نقوّي الفكر وأن نرفض حمل عبء الضعف العقلي والخلقي الموروث من سنين وأجيال. هذه الشوائب ينبغي حرقها في نيران التصميم الجديد والعمل المفيد. وبهذا التوجّه البنّاء يتمكن الراغب الجاد من بلوغ آفاق التحرر والحرية.

القوانين الأبدية للسعادة

قيل أن إبان الحِقبة الذهبية لأحد حكام الهند الأبرار لم تحدث أية حادثة ولا موت مبكر ولا نازلات طبيعية عكرت سلام مملكته وانسجامها التامين.

عندما يعيش أفراد الأسرة باستقامة أكبر سيشهد كل بيت مزيداً من الوئام والصحة والألفة. أما عندما يأخذ أعضاء الأسرة الواحد من الآخر بروح الأنانية القبيحة فإن البيت سيشحن تلقائيا بالتنابذ والتباغض. وهذا ينطبق على الشعوب أيضاً. فعندما يحيا البشر بأمانة واستقامة سيبصرون مملكة الله على الأرض.

الوقت قصير. إننا اليوم هنا وغدا نرتحل. البحث عن الله هو أسمى امتياز للإنسان. يجب أن ننتفع من الحرية التي وهبها لنا الله في هذه الحياة ونستثمرها خير استثمار كي نتأكد بالإختبار الشخصي من الحقائق الروحية الأزلية.

الخطيئة هي كل ما يسبب الألم والمعاناة للإنسان. والفضيلة هي ما يجعله سعيداً على الدوام. إن كان الشخص لا يمتلك انسجاماً روحياً في أفكاره وسلاماً في ذاته، فلن يقدر البيت الجديد أو السيارة الجديدة أو أي شيء جديد آخر على

جلب السعادة والطمأنينة لروحه، بل سيلازمه جحيمه النفسي حتى بامتلاكه تلك الأشياء الجديدة وأكثر منها.

للسعادة الحقيقية القدرة على تحدي الأحداث والصمود أمام كل الاختبارات الخارجية. فعندما تقوى على تحمّل العذاب الممض والمحن القاسية بفعل تحامل الغير عليك ومحاولاتهم الشريرة لإيذائك والإيقاع بك، وتقابل مع ذلك تعدياتهم بالمحبة والتسامح.. وعندما تتمكن من الإحتفاظ بسلامك النفسي بالرغم من الوخزات الأليمة للظروف الخارجية، عندها ستتذوق طعم السعادة.

تقول الأسفار المقدسة أن الذي يتجاهل الوصايا الإلهية ويجري وراء أهوائه ورغباته الحمقاء لا يعثر على السعادة ولا يوفق في الوصول إلى غايته القصوى. وتهيب بالباحث عن الحقيقة بأن تكون الكتب المقدسة المنارة والحَكم في تقرير ما ينبغي عمله وما يجدر تلافيه، وأن يتبصّر الأمور ويتصرف على هدي الحكمة.

إن ذوي القناعة الذاتية هم الذين يسلكون باستقامة. السعادة تأتي فقط من التفكير النظيف والعمل المستقيم. إن كنت سعيداً الآن ستكون سعيداً في المستقبل هنا وفي العالم الآخر.

يجب أن نختزن محصول الخير باستجماع ثمار الحكمة ما دامت شمس الفرص المتاحة مشرقة. وبعبارة أخرى يجب اغتنام الفرص قبل فوات الأوان.

(واغتنم الفرصةَ إن الفرصةْ   تصيرُ إن لم تغتنمها غصةْ)

لقد وضع الله لنا قوانينَ روحية تدعى وصايا. لكن هذه الوصايا يتم تجاوزها وخرقها في كل يوم وفي كل مكان. وما لم يفهم الناس معناها الروحي فسيتذمرون وينفرون منها دوماً. تلك الوصايا هي قوانين سلوك أزلية تؤيدها كل الأديان السماوية. لكن النصوص في معظم الأحيان لا تفسر الجانب السيكولوجي لهذه الوصايا والفوائد التي تقترن بتطبيقها. الناس يتقبلونها في أماكن العبادة لكنهم لا يتصرفون بمقتضاها خارج تلك الأمكنة، مبررين ذلك بأن تلك الأحكام هي غير عملية أو منطقية ولا تناسب روح

العصر. ومع ذلك فإن انتهاك تلك الوصايا هو السبب الرئيس لكل شقاء في العالم.

ولكن ما هو نفع تلك الوصايا وأين تكمن فوائدها؟

الكتب المقدسة تنصح الإنسان بأن يتفكر في الله ويغمر عقله به ويسلم كل الأمور له وأن يعبده عبادة صادقة لا تخالطها مراءاة ولا يشوبها رياء.

معرفة الله يجب أن تكون غاية الحياة. الواجبات الدنيوية لا يمكن إنجازها دون الإستعانة بالقوى الممنوحة للإنسان من الله. فإنجاز الشخص لواجباته العادية مع نسيانه لله هو خطأ وخطيئة.

الخطيئة معناها الجهل: التصرف بكيفية معاكسة لخير الإنسان الأعظم.

لماذا يشعر الناس بالحزن والندم؟ لأنهم لم يتصرفوا باستقامة.. لأن الله لم يكن الأول في قلوبهم.

يجب ألا يكون في حياة الإنسان أي شيء يؤلهه ويعتبره أهم من الله. إن اهتم المرء بالله اهتماماً صادقاً وقام بواجبه الروحي نحوه ستتحسن أوضاعه على كل صعيد وسيشعر بالأمن والطمأنينة بالرغم من كل الظروف المحيطة به.

حالما يشرع الإنسان بعبادة الممتلكات والمال والشهرة وأي شيء آخر ما عدا الله تكون التعاسة من نصيبه. الذين يحصرون جل اهتمامهم في تلك الأمور هم بالحقيقة يعبدونها ولذلك لا يقتربون من الله بل يبتعدون عنه. أما الذين يتفكرون في الله ويتأملون عليه ويناجونه في ضمائرهم فيقتربون منه ويشعرون بفرح باطني لتواصلهم الصامت معه.

الله وحده قادرٌ على تحقيق أحلام وآمال الإنسان في الحصول على سعادة دائمة. ولذلك يجب عدم السماح لأي شيء بأن يحتل مكان الله في القلب.

هناك رموز مقدسة قد تساعد المريد على تذكر الله والتقرب منه. ولكن إن راح الإنسان يعبد تلك الرموز فيصبح ضررها أكثر من نفعها. العبادة يجب عدم توجيهها إلا لله لأن لا شيء غيره يستحق العبادة.

مهما كانت طبيعة العبادات الطقسية فإنها مقبولة عند الرب ما دام المتعبد يؤديها بوعي روحي وشوق لله. لكن الكثير

من الناس لا يدركون جوهر العبادة فيتحولون بأفكارهم وقلوبهم من الله إلى الطقوس فلا يستفيدون كثيراً من عبادتهم تلك.

المتعبدون الصادقون لا يسمحون لوعيهم بأن ينحصر في أية صورة أو شكل، لكنهم يركزون بأعمق محبة وانتباه تام على الروح الإلهي خلف كل الصور والأشكال.

الله مطلق لا نهائي ولا يمكن لأية صورة أو تمثال احتوائه.

يمكن القول أن الله يَظهرُ في كل من يحبَّه محبة خالصة ويتوافق معه لأنه حاضر في كل مكان ولذلك فهو حاضر في الجميع. لكن ليس لكل واحد القدرة على إظهار الحضور الإلهي. الشمس تسطع بنفس المقدار على قطعتي الفحم والألماس، لكن الألماسة تستقبل نور الشمس وتعكسه، بينما الفحمة لا تستطيع ذلك. وبالمثل فإن كل الناس يعومون في نور الله ولكن قلة قليلة باستطاعتهم استقبال ذلك النور وإظهاره في أفكارهم وأعمالهم. ولكي يفعلوا ذلك يجب أن يطهروا أنفسهم بالتأمل وباتباع التعاليم والوصايا الإلهية.

عندما نتلفظ باسم الجلالة يجب أن نكون على دراية وجدانية وثيقة بما نقوله. لو استطعتَ أن تنفذ إلى أفكار الناس أثناء صلاتهم لوجدت أن معظمهم يفكرون بكل شيء آخر ما عدا الله، مع أنهم يتلفظون بإسمه! فصلاة من هذا النوع عقيمة وبلا قيمة.

عندما نصلي يجب أن نبذل قصارى جهدنا كي نحصر كل ذهننا في الله بدلا من ترديد إسمه المبارك وفي نفس الوقت نسمح لأفكارنا بأن تحوم حول أشياء أخرى. لقد كانت إحدى عماتي تردد صلواتها على السبحة وكانت السبحة نادراً ما تفارق يدها. لكنها اعترفت لي ذات يوم بأنها بالرغم من ممارسة عادة الصلاة تلك لأربعين سنة بطولها لم يستجب الله لصلواتها. لا عجب! فإن "صلواتها" لم تكن سوى عادة عصبية ليس إلا.

عندما نصلي يجب أن لا نفكر بأي شيء آخر سوى الله. ويجب أن نعمل ما بوسعنا لأن نكون صادقين في عبادتنا مخلصين في دعائنا. لا بأس من استخدام السبحات والتلفظ الدائم بإسم الله عندما تكون الممارسة نابعة من القلب

ومدعومة بالإخلاص وتركيز الذهن. ولكن هذه الممارسة قد تصبح آلية مع الأيام.

يجب أن نهمس إسم الله في قلوبنا على سبحة الشوق والحب الإلهي، وتلك هي العبادة الفعلية التي تلامس قلب الله. التلفظ باسم الله بشعور بارد وفكر شارد هو تجديف على المقدسات واستهتار بها. عندما يصلي المرء يجب أن يمتلئ قلبه وعقله بحب الله. إن التدرّب على تركيز العقل بالرياضة اليوغية العليا يساعد على التقرب من الله المصدر الأسمى ذي البهاء والسناء مثلما يساعد على التفكير بالله والتواصل معه.

الحاجة تمس إلى تخصيص يوم من أيام الأسبوع للخلوة الروحية (إن أمكن) قصد التفكير بالله والاستمتاع بالسكينة حيث السلام والراحة النفسية. إن وقتاً تصرفه على هذا النحو سيكون بلسماً شافياً للمتاعب والمضايقات التي تمر بها خلال باقي أيام الأسبوع.

كل واحد يحتاج إلى قضاء يوم واحد من كل أسبوع في الخلوة أو "المستشفى الروحي" كي يبرأ من جروحه وآلامه النفسية. عندما يصبح ذلك اليوم يومَ سلام وفرح ورضاء ستنتظره بشوق من أسبوع لآخر.

الخلوة هي ثمن العظمة. وستندهش للنتائج الرائعة التي ستحصل لعقلك وجسمك ونفسك بفضل تلك الخلوة الروحية والتواصل مع روحك ومع الله. إن كنت تصبو للسعادة الحقيقية فيجب أن تغمر نفسك في بحر السلام الإلهي في الصباح الباكر عند الإستيقاظ، وأيضاً قبل النوم ليلا.

إن حكماء الهند ينصحون ليس بيوم واحد للخلوة وحسب، بل يؤكدون الحاجة للتأمل الهادئ خلال أربع فترات محددة في اليوم. عند الفجر، وقبل النهوض ورؤية أي إنسان، يجب الاستمتاع بالهدوء والإحساس بالسلام. وعند الظهيرة يجب تهدئة الفكر قبل تناول طعام الغداء، وكذلك الاستمتاع بقسط آخر من السلام قبل تناول وجبة العشاء، وقبل الذهاب للفراش ليلا يجب الدخول في حالة السلام ثانية.

الذين يراعون الصمت بدقة أثناء الخلوة وخلال هذه الفترات اليومية الأربع لا بد وأن يشعروا بتناغم مع الله. ومن لا

يستطيع مراعاة كل هذه الفترات فيجب أن يكرّس فترتيّ الصباح والليل على الأقل. وبفعل ذلك ستتبدل حياته نحو الأفضل وسيشعر بالسعادة، والتجربة خير برهان.

إن بقيتَ تكتب شيكات وتوقع عليها دون إيداع ما يكفي من رصيد لتغطية حسابك المصرفي فسينفد ما لديك من مال. وهذا ينطبق أيضاً على حياتك. فبدون الودائع المنتظمة من السلام في حساب حياتك ستـُصرف قدرتك وتنفد سكينتك وتتبخر سعادتك. وباختصار ستعاني في النهاية من الإفلاس العاطفي والعقلي والجسدي والروحي. لكن التأمل اليومي العميق على الله سيعوّض النقص في نفسك.

المريد الراغب يتأمل كل يوم ويناجي الله بكل ما في قلبه من حب وحنين متودداً إليه كي يظهر ذاته له. إن كنت من عشاق الله وتتشوق لملامسة حضوره فيجب أن تغمر عقلك وجسمك بسلامه وستبتسم لك الحياة وتتحسن أمورك من نواحٍ عديدة. الشخص الهادئ نادراً ما يرتكب خطأً، وينجح حيث يفشل الآلاف غيره.

الذين لا يفكرون بالله ولا يهتمون به يصابون بالكآبة والنكد. يصبحون عصبيين ويتحولون إلى آلات متحركة.

إن شمس الحكمة والسلام ستشرق في سماء السكون وستغمر كيانك بأشعتها الشافية ما دمت تبذل مجهوداً روحياً وتمنح المقام الأول لله في قلبك.

يوم التأمل يجب أن يكون أيضاً يوم راحة نفسية وجسدية وتنمية السلام المقدس. وكل نشاط يثمر حكمة وسلاماً هو نشاط مبارك في ذلك اليوم.

أما بخصوص إكرام الوالدين فالكتب السماوية أوصت بهما خيراً: "أكرم أباك وأمك" "وبالوالدين إحسانا".

الأب والأم البشريان ينبغي تكريمهما كنائبين لله الذي زودهما بموهبته لخلق الإنسان. الأم هي محبة الله النقية المجسّدة لأن الأم المُحبة تصفح حيث لا يسامح أحد. والأب هو مظهر الحكمة لله والحماية لعياله.

يجب أن لا يحب الإنسان أباه وأمه بمعزل عن الله، بل كمظهر لحبه ذي الحماية والحكمة. إن الروح الإلهي الفائق

يصبح الأب والأم كي يساعد الطفل، لذلك يجب إكرامه في الوالدين.

كما توصينا الكتب المقدسة بعدم القتل رغبة في القتل، لأن المرء يصبح عندئذ قاتلاً. يجب أن لا يسلب الإنسان حياة إنسان آخر في لحظة انفعال عاطفي عنيف. ولكن إن تعرّض أحباؤه للخطر فيجب أن يقاتل من أجل حماية الذين منحهم الله له، إذ للإنسان واجب مقدس للدفاع عن أسرته وبلاده.

وبخصوص التحذير من الزنا، فالغرض المثالي من الإتحاد الجنسي يجب أن يكون إنجاب أطفال مخلوقين على صورة الله، والإعراب عن الحب النقي الذي يشعر به شريكا الزواج اللذان يبصران الله في أحدهما الآخر. أما الذين يعيشون على المستوى الجسدي وحسب، دون أي اعتبار للحب الحقيقي أو الهدف السامي الذي من أجله خلق الشعور الجنسي فيرتكبون الزنا بحسب هذه الوصية. ففي هذه الحال لا يفترق الإنسان عن الحيوان الذي يقضي شهوته الجنسية ويمضي في حال سبيله.

لقد خلق الله هذا الدافع الخلاق في الرجل والمرأة للإنسال والتعبير عن الحب الحقيقي المتبادل في الحياة الزوجية ولا ينبغي إساءة استعماله بخلاف ذلك بل تحويله إلى نشاط ومعرفة مقدسة.

إن استطعت التحكم بالقوة الجنسية وتوزيعها في كيانك ستتمكن من تنمية قدرات عقلية عظيمة للكتابة والرسم أو للإفصاح عن مواهب كامنة في طرق أخرى لا تحصى.

وإذ تتمكن في نهاية المطاف من ضبط النشاط الخلاق وتحويله روحياً ستشعر بسلام عظيم وحب كبير وغبطة روحية متزايدة.

فالقديسون والأقطاب الروحيون الذين حولوا نشاطهم الجنسي تحويلا روحيا هم جبابرة قادرون على القيام بإنجازات مدهشة ومذهلة في العالم وفي البحث الباطني عن الحق.

وهكذا فإن أسمى استخدام للدافع الجنسي هو تصعيد قوّته أي تحويل طاقته إلى هدف أسمى من أجل إظهار الحكمة والأفكار السامية والمثل الروحية. يجب أن لا يتلذذ الإنسان بالأفكار الجنسية أو يشتهي جنسياً ما هو محرّم عليه. وعندما

يحرز هذا النوع من ضبط النفس سينظر نظرة سليمة إلى الجماع وغرضه السامي.

إن الإستعباد للأمور الجنسية يعني فقدان الصحة وضبط النفس والسلام الفكري، وباختصار كل مقومات السعادة التي يحتاج لها الإنسان.

كما تهيب بنا الكتب المقدسة بألا نسرق. فلو كانت هناك جماعة مؤلفة من ألف شخص وكل واحد راح يسرق من الآخر لكان لكل واحد 999 عدواً. لهذا يجب أن لا يتعدى الشخص على حقوق غيره وأن لا ينتزع منهم أرضهم أو سلامهم أو محبتهم أو كرامتهم أو أياً من ممتلكاتهم المادية والمعنوية. إن لم تشعر بالرغبة في أخذ ما ليس لك فالذي تحتاجه أو ترغب فيه سيأتيك. السرقة تتولد أولاً في الفكر عندما يبدأ الشخص بحسد الآخرين. يجب نزع بذور المشتهيات الخبيثة من الفكر. الإيثار الروحي هو الطريق.. عندها سيجتذب الشخص البحبوحة تلقائياً وتتوارد عليه الخيرات من حيث يدري ولا يدري. إنه قانون إلهي لا يخطئ. أما السارقون والأنانيون فيلهثون طوال عمرهم وراء المادة وعيونهم دوماً على ما بحوزه الآخرون، حتى ولو كانت خزائنهم ملأى بالذهب.

وما لم يتم التخلي عن الأنانية المادية لا يمكن أن يعرف العالم السعادة.

تأتي السعادة فقط بالتعاون الروحي. عندما يحس الشخص باحتياجات الغير كما لو كانت احتياجاته الخاصة ويعمل من أجل الآخرين كما يعمل من أجل نفسه.

وهناك وصية أخرى هامة وهي عدم الشهادة بالزور. فإلحاق الضرر بأي إنسان من قبيل تشويه الحقيقة هو أسلوب آخر لتمزيق السعادة الإجتماعية. إن كان الإنسان يرغب في أن يُعامَل معاملة حسنة فينبغي أن يعامِل الآخرين بنفس الكيفية.

يجب قول الحق دائماً إنما يجب التمييز بين قول الحقيقة وإدراج الوقائع. فالإشارة إلى شخص ما بأنه أعرج أو أعمى هي إشارة مؤلمة ولا خير فيها، إذ ينبغي مراعاة مشاعر الآخرين ومحاولة عدم إحراجهم. كما أن الإخبار بحقيقة من شأنها خيانة شخص آخر دونما غاية شريفة هو خطأ أيضاً. من ناحية أخرى

يجب أن لا يكذب الشخص تجنباً لقول الصدق، بل بإمكانه أن يلتزم الصمت حيال بعض المواقف لئلا يحرج الآخرين أو يلحق الأذى بهم.

ويجب أن يحترس الشخص من الحسد الذي هو مرض أكال ينهش سلام الروح نهشاً. كلما اشتهى المرء ما للآخرين كلما زادت تعاسته وتضاعف شقاؤه. الحاسد يمضي حياته منغصاً لا يعرف لراحة البال طعماً. الأحرى به أن يحترم نفسه ويعتمد عليها وأن يطلب الثراء الروحي داخل نفسه.

كرامة المرء وقيمته الذاتية هي أعظم بكثير من أي شيء يتوق إليه ويرغب في الحصول عليه. إن الله ظاهر في كل إنسان بكيفية غير ظاهرة في أي كائن بشري آخر. فوجهه ليس كوجه أي إنسان آخر، ونفسه ليست كنفس أي إنسان آخر.. لأنه داخل نفسه يكمن أعظم كنوز الكون على الإطلاق.. وذلك الكنز الأعظم هو الله.

لسنا مكبلين بالماضي

عندما يمتلك الإنسان الإيمان الصحيح ويعمل بموجبه يكون أكثر سعادة من أولئك الذين يعوزهم الإيمان ولا يقومون بأداء الواجبات المترتبة عليهم في معركة الحياة.

فالإيمان السليم والعمل الصحيح (المدعوم بالدوافع النبيلة والنوايا الطيبة) موجودان دائماً وأبداً حيثما وجدت السعادة ومفقودان بفقدانها. من هنا يمكننا الإستنتاج أنهما شرطان أساسيان للسعادة التي لا يمكن تحصيلها بدونهما. فليس على الراغبين في امتلاك السعادة إلا امتلاك هذين العنصرين الأساسيين اللذين هما ركنا السعادة ودعامتاها.

لا يستطيع الإنسان أن يتحكم – على هواه – بمكونات الكون اللامتناهية، أو تعديلها أو محوها.. فتلك المكونات ترتبط خيوطها الدقيقة ارتباطاً وثيقاً بنسيج حياته ولا يمكن له العمل بمعزل عنها. لكن باستطاعته أن يتحكم بعقله بحيث يتأقلم معها فلا تلحق به الأذى.

أسلافنا كانوا أكثر سعادة منا ليس لأنهم امتلكوا من الأشياء والمتع الدنيوية أكثر مما نمتلكه الآن، أو لأنهم كانوا أقل عرضة

لمشاكل الحياة، بل لأنهم امتلكوا التوازن النفسي الذي منحهم الراحة والسلام والقناعة وباختصار.. السعادة.

لم يعتمدوا على ظروف خارجية لإسعادهم، ولم يستسلموا لظروف خارجية من شأنها أن تفقدهم سعادتهم. فشعورهم بالراحة والسلام والسعادة والرضى كان شعوراً اعتيادياً، طبيعياً، صحياً ومستداماً. ونحن أيضاً ينبغي أن ننمي ذلك الشعور فيما إذا رغبنا بامتلاك السعادة. ومن منا لا يرغب بامتلاكها؟

القدَر هو نتيجة ممارسة سابقة للإرادة الحرة أو حرية الإختيار. فبممارساتنا الماضية لحرية الإرادة جلبنا ونجلب على أنفسنا القضاء والقدر. لكننا لسنا مكبلين بالماضي ولسنا مقيدين بنتائج أعمالنا إلى الأبد، إذ بإمكاننا أن نقتلع ما زرعناه ونمحو ما كتبناه إن نحن رغبنا بذلك وعملنا جاهدين على تصحيح المسار وتحسين نوعية الثمار. فإن قضينا على بذور الأفعال ذات النتائج المؤلمة وغرسنا بدلاً منها بذورا أكثر ملاءمة لطبيعة النفس فلا بد أن نجني ثمار السعادة من تلك البذور الصالحة المستنبتة في تربة النفس. لا بد لنا من ممارسة الإرادة الحرة الآن، الآن وليس غدا، إن نحن رغبنا بتحصيل مقدار أكبر من السعادة أو بتقليل المعاناة والألم.

وعليه فإن شروط السعادة كامنة في ذات الإنسان وما عليه إلا أن يتعامل بجدية مع تلك المعادلة التي لا تخطئ وستكون النتائج لصالحه إن هو أحسن التقدير والتعامل. أما صاحب الإرادة القوية فيتوافق مع الله.

طاقة العقل المركزة

عندما تقوم بتركيز أشعة الشمس من خلال عدسة مكبّرة على نقطة صغيرة، فإنها تنتج حرارة، وتلك الحرارة يمكنها إشعال الخشب والقماش والورق وغيرها. وبالمثل، عندما تركز العقل تركيزاً دقيقاً يمكن لطاقته المركزة أن تحرق شرور وشروش الشك علة كل فشل، وتجعل نور الحكمة يسطع بوهج وتألق

عندما يتناغم الفكر مع الله منبع كل الخيرات ومصدر كل القوى المباركة، يصبح على دراية بالحضور الإلهي، ويمتلك كل

مقومات النجاح. تلك المقومات هي وثيقة الصلة بقوة الله الجبارة، القادرة على خلق أسباب جديدة للنجاح في أي مضمار كلل الله المساعي الحميدة والجهود الخيرة بالنجاح.

المتاعب والمضايقات تحدث بسبب عدم دراية الإنسان بأعماله الماضية التي قام بها في مكان ما وفي زمن ما. فمعاناته الحالية ناجمة عن أفكار وأفعال صدرت عنه فتجسّدت بذوراً تغلغلت في تربة الوعي فأنبتت نبتاً وأخرجت ثمراً له نفس مواصفات الأفكار التي أطلقها والأفعال التي قام بها.

عندما تنظر للشمس على بعد ملايين الأميال في الفضاء، فإن ذلك النجم الهائل يبدو أصغر بكثير من أرضنا، ومع ذلك فإن قطر الأرض هو 7900 ميلا على وجه التقريب، وقطر الشمس يفوق قطر الأرض بمائة مرة أو أكثر. فلو تمكنت من وضع كوكبنا الأرضي بمحاذاة الشمس لظهرت الأرض كنقطة صغيرة مقارنة بالشمس. ولنفرض أن المجال الشمسي الجبار آخذ في التمدد والاتساع حتى تبتلع كتلته العملاقة السماء الزرقاء برمتها، فالسماء التي نراها هي ليست سوى جزء صغير بل ذرة دقيقة من الفضاء الذي يتخلل الكون اللا متناهي. ولو واصلتْ الشمس اتساعها وتمددها في الفضاء إلى ما لا انتهاء، لما تمكنت مع ذلك من الإحاطة باللانهاية. إن الوهم الكوني للصغر والتناهي يحد ويصد العقل عن إدراك ذلك الاتساع الكوني، ومن أين أتى هذا الفراغ المطلق، وأين هي حدوده؟

<u>إن الذي لا يخضع للأبعاد والمقاييس ولا حد له ولا منشأ هو الله الكلي الحضور والموجود في أقصى أقاصي الفضاء، إنه في النجوم البعيدة النائية، مثلما هو موجود في داخلك وداخلي</u>، وهو على دراية واعية بكل حيّز يشغله مهما كان صغيرا أو كبيرا. من كتاب "غاية الإنسان القصوى"

ابتهالات

يا رب
خذ بيدي من الديجور إلى النور
أيها السكون الكوني
أسمع صوتك في خرير الجداول وشَدْو البلابل
في نحيب الرياح وهدير الموج ودويّ الاهتزازات

أيها الرب المحبوب
لا بالكلام أعبدك، بل بحنين القلب الملتهب شوقاً إليك
دعني أبصر امتدادك الواسع
وجودك الدائم خلف كل الأشياء
علِّمني أدرك أنني جزء من كيانك الذي لا يتغير طوال الأبد
أيها الأوقيانوس الزاخر
ليت أنهار رغائبي المتعرجة وسط صحاري العوائق والعقبات
تمازج أخيراً خضمك الأعظم
ساعدني كي أصغي لصوتك يا رب
الصوت الكوني الذي عنه انبثق اهتزاز الكون
دعني أدرك حضورك من خلال الصوت المبارك (أوم – آمين)
اللحن الأقدس لكل الأصوات المباركة
وسِّع وعيي كلما أصغيت لسيمفونية الوجود
دعني أشعر أنني المحيط الكوني
ومُويجة الجسد المتراقصة على صدره
ليتردد الصوت الأقدس في كياني
موسّعاً وعيي من الجسد إلى الكون
علني أشعر بالغبطة الدائمة الشاملة
متفجِّرة من بحر النور الزاخر
أيتها القدرة اللانهائية
أيتها الحكمة السرمديَّة
اشحني ذاتي باهتزازك الروحي
يا صوت الكلمة الكونية المباركة
سدِّد خطاي
لازمني
خذ بيدي من الديجور إلى النور
كلما فكرتُ بك يا رب يتولد في كياني فيضٌ من الشوق المتأجج، فيهز مشاعري ويسري من قلبي إلى كل خلايا جسمي فيشحنها بالحب الإلهي.

أقصى أمنياتي هي بلوغ قـُدس أقداس كيانك والتلذذ بحضورك.

وفجأة ينفتح باب الروح، فتغمرني غبطة عارمة لمرأى نورك الوهّاج!

الماضي مجهول لمعظم البشر باستثناء قلة قليلة من المستنيرين. ومع ذلك فإن جهلنا بالماضي هو أيضاً لصالحنا. فلو عرفنا كل ما فعلناه في هذه الحياة وفي حيوات سابقة لهذا التجسد لصُعقنا للتراكمات الهائلة ولأصبنا بالذهول ، بل ولربما أصيبت إرادتنا بالشلل التام من هول المفاجأة فنعجز عن مواصلة السعي ونقع فريسة الإحباط. وحتى في هذه الحياة الدنيا فإن النسيان نعمة من نعم الله، فلا تطغى على فكرنا وشعورنا تذكارات الماضي، لا سيما المُرة والأليمة منها

لكن لحسن الحظ فإن الشرارة الإلهية بنا دائمة التألق بالأمل وبالرغبة في مواصلة مسيرة الحياة التي لا تتوقف. ويجب أن نشكر الله على هاتين النعمتين: نسيان الماضي والأمل بالمستقبل

يجب أن لا نستنتج أن القدر يضع عوائقَ أمام حرية الإرادة، ومع ذلك علينا أن نبذل قصارى جهدنا لمقاومة المؤثرات السلبية التي يعزوها معظم الناس إلى القضاء والقدر، وممارسة حرية الإختيار بحسب قناعاتنا الباطنية شرط أن تكون تلك القناعات قائمة على الإيمان الصحيح ومرتكزة على القوانين الإلهية التي لا يمكن للإنسان أن يتذوق طعم السعادة الحقيقة دون مراعاتها والعمل بموجبها

عندما نشرع في عمل ما ينبغي أن لا نرهب الظروف المعاكسة، بل يجب أن نكون متفائلين إلى أقصى حدود التفاؤل، مع إيمان مطلق بأن لا شيء يمكن أن يقف عائقاً في سبيل تمرين الإرادة وممارسة حرية الإختيار

إن لم ننجح في تحقيق مبتغانا فلا بأس من الإعتراف الضمني أن هناك أموراً معاكسة من صنع أيدينا حالت دون بلوغ الهدف، ولا بد من المثابرة ومضاعفة المجهود لبلوغ المقصود. كما يجب أن نؤكد لأنفسنا أنه مهما كانت العوائق والعقبات قوية وعاتية لا زلنا نملك ما يكفي من القوة لإزاحة تلك العوائق

والتغلب على تلك العقبات, وحتى إن أخفقنا بالرغم من كل المحاولات، فلا داع للقنوط والإحباط ما دمنا ندرك أن إرادة الإنسان أقوى من قدره الذي هو من صنع يديه، ولذلك يجب أن لا يكف عن المحاولة مهما فشل في مسعاه لأن هناك أبواباً مفتوحة دائماً وأبدا وما علينا إلا أن نواصل السعي ونكرر المحاولة حتى يكتب لنا النجاح. فالله يمدنا بالعون ما دمنا نتوكل عليه ونبذل المجهود. فمن سار على الدرب وصل، وما خاب من على الله اتكل

عندما يرغب الشخص بشيء ما، وتكون رغبته لذلك الشيء قوية وملحّة، فإن تلك الرغبة لا تفارق وعيه، أينما ذهب وحيثما توجه، ومهما كانت شواغله ومشاغله، وبعملها الدائم الحثيث، تمتلك تلك الرغبة عزماً وطاقة هائلين، هذا الهمس الفكري هو أقوى وأكثر فعالية، من الابتهال الآلي، الذي لا يتعدى تحريك الشفتين. وهكذا يفعل محبو الله، فهم يهمسون حبهم لله دون انقطاع، وهمساتهم قلبية غير مسموعة، خلال كل نشاطاتهم اليومية، هذا الهمس الوجداني لا يشغلهم، ولا يتعارض مع واجباتهم الأخرى، وإذ تتعاظم رغبتهم في الله، يقوى حبهم له ويزداد عمقاً، فيلامسون حضوره، ويبصرون بعين الروح نوره، فيتذوقون غبطة عارمة، ويشعرون بسلام يفوق حد الوصف.

إن الله يرسل لنا الدروس، التي نحتاجها في الحياة، كي نستفيد منها، ونكتسب فهماً وخبرة، من يتهرب من تلك الدروس، سيضطر لأن يتعلمها مهما طال الزمن.

كل اختبار هو صديق، إن تعلمنا منه، وهو طاغية مستبد، إن فرطنا في الفرصة المتاحة، وأسأنا استخدامها، بالتذمر والإستياء وسوء التقدير,

عندما نمتلك الفهم السليم، والموقف الصحيح تجاه الحياة، فإنها تصبح جميلة وخالية من التعقيد

حالات نفسية

لا يستطيع الشخص أن يظل طوال الوقت، محمولاً على موج البهجة، أو مغموراً تحت مياه الحزن المضطربة، أو غارقاً في لجج الضجر. ففي هذا العالم الذي يتميز بالثنائيات المتصارعة، يخضع الشخص العادي للتقلبات صعوداً وهبوطاً..

يرتفع على موج الفرح ويغوص إلى أغوار اللامبالاة، وتشقلبه أمواج عاتية من الحزن.. ونادراً ما يعرف حالة أخرى من حالات الوعي. والسماح للظروف بأن تتقاذف الفكر على هذا النحو يعني استسلام الإرادة لقدَر نزوي متقلب الأطوار.

ما يحتاجه الإنسان كي يحيا حياة ناجحة ومُرضية، هو امتلاك الإتزان العقلي

وهذا يمكن تحقيقه فقط بتركيز الذهن والسيطرة على الملكات النفسية.

حتى أشد الأحزان يشفيها الزمن، فلا فائدة من استحضار الحزن في كل يوم من أيام حياتنا. إن الحزن المستدام على عزيز مفارق، لا يساعده ولا يساعدنا، ولا يغير من الواقع شيئاً. كما أن تنمية عقدة النقص أو معاقبة الذات على أخطاء أو إخفاقات ماضية لا يجدي نفعاً. بل يجعل الحياة تعيسة بائسة، ويشل القدرات العقلية.

يجب أن لا نسمح لأنفسنا بالسقوط، في حفر الروتين الممل، لأن تلك حالة نفسية أبعد ما تكون عن الراحة، كونها تقلق الفكر، وتحرق القدرات الكامنة، في أتون اللامبالاة.

يجب اجتثاث الفشل من الجذور وحرث حقول الحياة بهمة وعزيمة وزرعها ببذور الخير من أجل جني محصول وفير بعونه تعالى.

حديد في اليوبيل الفضي

ذات مرة دُعيت لحضور يوبيل فضي لزوجين كان الإنطباع السائد عنهما بأنهما من أسعد الأزواج، لكن في اللحظة التي دخلت فيها بيتهما شعرت أن هناك شيئاً خطأ، فطلبت من اثنين من التلاميذ أن يلاحظا معاملتهما لبعضهما أثناء السهرة، وقالا لي فيما بعد الزوج والزوجة يبتسمان لبعضهما أمام الآخرين فقط ويخاطبان بعضهما بأعذب الألفاظ مثل "صح يا عيني" و "بالطبع يا روحي" وما إلى ذلك من هذه العبارات الودية ولكن ما أن يظنان أنهما بمفردهما حتى يتناقران ويوجهان عبارات جارحة أحدهما للآخر

تحدثت إليهما وقلت: دعوتماني لحضور حفلكما لكن الجو مشحون وأشعر بوجود قدر كبير من الخلاف في هذا البيت، ويبدو لي أن هناك الكثير من الحديد في هذا اليوبيل الفضي.

في البداية أخذا على خاطرهما، لكنهما اعترفا بعد ذلك بصحة كلامي وقدما اعتذاراً واستطردت قائلاً: ما الذي تكسبانه من المشاحنة والخصام طوال الوقت؟

يبدو أنكما تعيشان معاً حفاظاً على سمعتكما بأنكما زوجان مثاليان، لكن عليكما أن تكونا كذلك مع بعضكما وأن تعيشا بسلام ووئام من أجل سعادتكما وراحتكما النفسية

الغذاء المغناطيسي

عندما يتحدث الناس عن الغذاء أو التغذية فإنهم يقصدون بذلك الغذاء المادي الذ يتم تناوله لإعالة الجسد. لكن هناك أنواعاً أخرى من الغذاء لا تقل أهمية عن الغذاء المادي، بل هي أكثر أهمية في أحيان كثيرة، ومن تلك الأغذية الفكرية أو الروحية النشاط العقلي أو تركيز الذهن والحكمة والتمييز الروحي.

الغذاء المادي يعيل خلايا الجسم أما الغذاء الفكري فيشحن العقل بالأفكار الصحية، في حين يقوم غذاء الحكمة بإنعاش النفس وتطوير ملكاتها

الغذاء الفكري يتألف عادة من الأفكار التي يفكرها الإنسان وتلك التي يتلقاها من الآخرين بفعل الإتصال بهم والتفاعل معهم

ذوو الطباع الهادئة والطبائع النبيلة يساعدون على جعل أفكارنا مغناطيسية وصحية.

ليس صعباً تحديد ما إذا كان الشخص يستمد غذاءه الفكري من بيئة مسالمة أو مشاكسة. فالقلق النفسي والإضطراب والتشويش.. كلها تنجم عن مخالطة النوع المغلوط من الناس، سواء من الأصدقاء أو الأقرباء مما يتسبب في أفكار قلقة ومزاج معكر.

الجسم يستمد الطاقة والنشاط من الأغذية المادية، في حين تقوم الأغذية المغناطيسية بإمداد الجسم والعقل معاً بشحنات من الطاقة أسهل هضماً من الأطعمة الجامدة والسائلة التي لا يمكن تحويلها بسهولة إلى طاقة حية

عندما تتمكن من تحويل الجهل إلى حكمة، والضعف والوهن إلى صحة وحيوية، والسير بثقة وجرأة – ولو بمفردك - على دروب الحياة، والإبتهاج الباطني لامتلاكك ضميراً حياً ويقظاً، والإيمان القاطع بعدل الله وبانتصار الحق على الباطل والحقيقة على الوهم

وعندما تحاول كل يوم إطلاق أفكارك نحو مستويات أرق وأرقى، وتمتلك قلباً محباً وشكوراً، ونوايا طيبة نحو الآخر، يكون غذاؤك الفكري مغناطيسياً، وستجذب إليك عندئذٍ كل ما هو جميل ونافع، من أشياء وأشخاص وظروف، تمس لها الحاجة في مواصلة المسيرة نحو شواطئ الأمن وبر الأمان.

عندما تبذل المجهود لتحصيل ما تحتاجه، وتقنع بما ييسره الله لك تكون أغنى نفساً وأكثر رضاءً، من المتهالكين على الدنيا.. الطامعين في حطامها

عندما يطلب الإنسانُ الله، الذي هو الصديق الأوحد، خلف كل الأصدقاء، يصبح بالإمكان ترسيخ الصداقة الصادقة، في كافة العلاقات البشرية، العائلية، الأخوية، الزوجية والروحية

الصداقة عنصر حيوي في العلاقات الزوجية، ويجب أن تكون الأولوية للتقارب الفكري والوجداني، والإحساس بالجاذبية المعنوية، والحب الحقيقي والصداقة

الذين لا يميزون ما بين الحب الحقيقي، والجاذبية الحسية يخيب أملهم المرة تلو الأخرى.

عندما يؤسَّس الزواج على مُثل راقية واحترام متبادل، يصبح اتحاداً سعيداً وموفقاً بين روحين متحابين ومتعاونين على تخفيف أعباء الحياة عن بعضهما، وتبديد هموم العيش بالتعاطف والفهم الودي المشترك.

لا يمكن لأحد أن يسيّرني أو يسلبني إرادتي، ما لم أسمح لأفكار الآخرين وأفعالهم بالتأثير عليّ.

يا رب، إنني أدرك أن أمامي فرصة لا متناهية لاستكشاف قدراتي ومعرفة إمكاناتي الروحية، سأستبدل التعلقات المادية بالطموحات العليا وسأدرك أن الروح الأمين معي على الدوام

اليوم سأشحن أفكاري بجرعة من التفاؤل، وسأفصُل ذاتي عن الإختبارات غير المستحبة، وسأمارس ما من شأنه أن ينمي الجسم والعقل والروح على نحو متوازن ومتسق

إن رقصة الحياة والموت متواصلة على الدوام، لكنني سأحرر نفسي للأبد، بإنقاذ هويتي الروحية. وعندما تواجهني عواصف التجارب والمحن، سأنطلق بقارب روحي عبر بحر الحياة إلى الشواطئ الإلهية الآمنة

عندما أعمل وأبدع سأتذكر أن الله يعمل من خلالي، إنه سيد الكون ويمكنني الإتصال به بالتأمل العميق عليه.

يا إلهي الحبيب، إنني أدرك أن أفكاري ستجلب لي إما الفشل أو النجاح، اعتماداً على أيهما الفكرة الأقوى في حياتي. لذلك سأحاول أن أتذكر بأنك تمد لي يد العون وتهيئ لي أسباب النجاح.

عندما تحل المصائب والبلايا، سأستنهض همتي وأقوّي تصميمي للتغلب عليها، سأنتهج الإخلاص والصدق، في معاملتي وتعاملي مع الجميع، وسأطلق أفكار المحبة والأماني الطيبة، عندئذ سيؤيدني الله بقوته وحكمته.

يا رب، سأستخدم قوة إرادتي وفكري، لإنجاز الأشياء الصغيرة أولاً، وبعدها أتحول إلى إنجازات أكبر

حتى ولو تحققت كل الطموحات المادية، فإنها لا تمنح مع ذلك سوى سعادة منقوصة، وبالعثور على الله سأكتشف خزانات الغبطة التي لا تنضب ولا تكف عن التدفق والجريان، في بساتين الروح ومروجها الدائمة الخضرة

أقوال ذهبية

السعادة هي حقي وميراثي وكنزي الإلهي المخبأ. وجهني يا رب كي أعثر في داخلي على النفائس التي تفوق أحلام الملوك.

* * *

إن ساكن القلوب الإلهي ينير في المريدين - بدافع رحمته وحنانه - مصابيح الحكمة المتألقة التي تبدد ظلام الجهل.

* * *

الحياة حركة ذكية وذات إيقاع منتظم .. تصوغ ذاتها في الجماد .. أو تتخذ شكلاً حياً ومتحركاً .. الحياة شاملة وتتخلل كل شيء.

* * *

أيها المحب الأعظم، أنت الحياة.. وأنت غايتي ومطمحي. اجعلني وردة ناضرة في بستانك السماوي، أو خرزة متلألئة في عقد حبك الوضاء، أو أعطني أعظم شرف: أصغر مكان في قلبك.

* * *

حيثما يقدّر الآخرون جهودي في عمل الخير فذلك هو المكان الذي فيه أستطيع تقديم أعظم خدمة.

* * *

لننسج بساط الأحلام الذهبية بخيوط حريرية من الذكريات العذبة والأفكار الراقية.

* * *

العقل الفارغ [من الأفكار الإيجابية البنّاءة] هو مصنع للمتاعب والقلق واليأس والقنوط.

***

إن استوطن الحب الكوني قلبك فسيجلب لك سعادة دائمة ومتجددة لا يمكن لأي شيء آخر أن يمنحها لك.

***

إن زهور الحياة النابتة في حديقة الوجود الأرضي هي رائعة الحسن بهية المنظر. ولكن الأروع والأبهى هو ينبوع الجمال والذكاء الموجود في مكان ما، والذي منه جئنا وإليه سنعود ونمتزج به ثانية.

***

عندما يستيقظ المريد صباحاً يؤكد لنفسه: "أنا لست الجسد، أنا روح غير منظور.. أنا الفرح.. أنا النور.. أنا الحكمة.. أنا المحبة. ومع أنني أسكن في هذا الجسد إنما روحي خالدة لا يمسها الفناء.

***

مثلما تساعد قطرات الندى الزهور على التفتح والنمو هكذا يغذي اللطف الصداقة ويعزز نموها.

* * *

هناك أمواج تظهر على سطح المحيط وأمواج تتوارى في قلبه، وفي كلتا الحالتين هي في المحيط ومتحدة به. وبالمثل، فإن البشر الذين يعومون أثناء "الحياة" على صدر المحيط الكوني أو الذين يحتجبون في داخله عند "الموت" هم سواء بسواء داخل محيط الأبدية.

* * *

لا يمكن رؤية انعكاس القمر بوضوح في الماء المخضوض، ولكن حالما تهدأ صفحة الماء يظهر انعكاس القمر بكل جلاء. وهكذا الفكر أيضاً: فعندما يكون هادئاً يمكنك رؤية وجه روحك بكل صفاء ووضوح.

***

ارسل يا رب أشعة شمس حكمتك لتهديني في أيام إنجازاتي السعيدة، وضياء بدر رحمتك عندما أسير في ليالي الحزن المظلمة.

***

التأمل هو الوسيلة التي تجعلك على تواصل مع العقل الكلي، وعندما تتناغم مع ذلك الإدراك اللانهائي ستتمكن من معرفة كل أسرار الخليقة.

***

الرغبة في التقرب من الله والتعرف عليه لا تأتي من تلقاء ذاتها بل يتعين تنميتها، ولا قيمة للحياة بدون تلك الرغبة.

***

الحياة الأرضية هي محطة مؤقتة وواجب الإنسان الأول هو معرفة الغرض من هذه الرحلة وغايتها. الغاية هي معرفة الله ولا يمكن أن تكون غير ذلك.

***

سلامك هو كنزك الثمين فلا تسمح لأحد بأن يسلبك ذلك الكنز.

* * *

تعلم أن تقف بمفردك، آمناً مطمئناً في حصن فضائلك وقيمتك الذاتية.

* * *

كل شيء موجود لأن الله موجود.. ولأنه موجود فأنتم موجودون أيضاً. وبفضل وجوده تنعمون ببحبوحة العيش ومباهج الحياة.. ولهذا يجب أن يكون اعترافكم بفضل الله كبيرا.

***

الكتب الجيدة يمكن أن تكون بمثابة أصدقاء صامتين وفي غاية التأدب والتهذيب. لا تتخلَ عن تلك الكتب الصديقة في لحظاتك العصيبة لأنها لن تتركك أبداً، في حين قد يهجرك الأصدقاء الماديون ويتخلون عنك.

***

من يمتلك صحة جيدة وبحبوحة من العيش وقدرة عقلية كبيرة ومع ذلك يفتقر إلى السعاده فإنه لم ينجح في الحياة بعد. عندما يمكنك القول صادقاً: "إنني سعيد ولا يوجد من يقدر أن يسلبني سعادتي" تكون قد عثرت على صورة الله في داخلك.

***

أكدوا على الهدوء والسلام وابعثوا فقط بأفكار المحبة والنوايا الطيبة إن أردتم أن تعيشوا بسلام وانسجام. احيوا حياة مؤسسة على الصلاح والتقوى وكل من تتصل حياته بحياتكم سيستفيد من مجرد كونه معكم.

***

إن كنت بدون أصدقاء، أو إن كان أصدقاؤك يستنزفون وقتك، أو إن كنت لا تنسجم معهم، فلتكن الكتب [والمواد] التي تكتنز الحكمة أصدقاءك حيث يمكنك العبور من أبواب صفحاتها إلى دنيا الأفكار المدهشة والمشوقة.

***

العثور على الله يعني الحصول على كل ما يشتهيه القلب، وكون المرء روحياً يعني أن يفتح أبواب الصحة والسعادة والنجاح.

***

في داخلنا شرارة من القوة الإلهية التي تخلق وتسند الحياة بأسرها.. وهي بانتظار إيقادها

***

القراءة نشاط عقلي نافع جداً فهي تمرّن الفكر وتبقيه مرناً. إن ساعة أو ساعتين من القراءة اليومية ستمنح أي إنسان ثقافة منوعة في غضون بضع سنوات إن هو اختار كتباً تستحق القراءة. لا تضع الوقت ولا تؤذِ قدراتك العقلية بقراءة روايات رخيصة أو كتب تافهة لا هدف لها ولا معنى.

***

ذوو الميول الاجتماعية سيجدون في الكتب القيّمة طاقة جديدة لمساعدة الإنسانية.. من خلال الدروس التي تحتويها كتبٌ من تأليف النبلاء من رجال ونساء موهوبين.

* * *

القراءة نشاط عقلي نافع جداً فهي تمرّن الفكر وتبقيه مرناً. إن ساعة أو ساعتين من القراءة اليومية ستمنح أي إنسان ثقافة منوعة في غضون بضع سنوات إن هو اختار كتباً تستحق القراءة. لا تضع الوقت ولا تؤذِ قدراتك العقلية بقراءة روايات رخيصة أو كتب تافهة لا هدف لها ولا معنى.

* * *

يجب التخلص من الأنانية والكبرياء لأنهما أكبر عائق أمام المعرفة الروحية.

* * *

بدون الإحساس بالله يبدو هذا العالم مليئاً بالصراع والعنف والخيبات المريرة. السعادة تكمن في الشعور بالقرب من الله.

* * *

العارفون بالله يمتلكون الابتهاج والسرور في قلوبهم على الدوام. ولأنهم يشعرون بالأمن والطمأنينة المباركة لا تهزّهم عواصف الغضب ولا يتطرق الخوف إلى قلوبهم.

* * *

الكتب الجيدة هي أفضل أصدقائك، فمن خلالها يمكنك سماع [العظماء] يتحدثون بهدوء إليك .. يواسونك ويقدمون لك

أفضل النصائح. إن عدم تنمية الرغبة الحقيقية في قراءة الكتب الجيدة يعني ضياع ميراث الأجيال.

* * *

بدون العون الإلهي يفشل الناس حتماً، لأن القوة والحكمة اللازمتين لإحراز النجاح في معركة الحياة تأتيان من المصدر اللانهائي. وعندما يتجاهل الإنسانُ اللهَ فإنه بذلك يقطع الحبل الذي يمده بالمساعدة والدعم المطلوبين للنجاح.

المريدون الذين يقرعون باب الفرص الروحية سيجدون أن الباب يُفتح لهم لأن الله يساعد الذين يساعدون أنفسهم.

عندما تكون على توافق مع الله تتناغم الطبيعة بأسرها وتنسجم معك.

* * *

الحُب يشبه ورق الصنفرة الذي يصقل العقل ويزيل الخشونة من الطبع.

* * *

عندما تجد الله فجأة في كل مكان.. وعندما يأتي إليك ويلهمك ويهديك.. تكون قصة الحب الإلهي قد بدأت.

* * *

فلتتوهج المحبة في القلوب ولترسل إشعاعات الشفاء للآخرين.

* * *

اطلب التعرف على الله ما دمت فتياً وقوياً لأنه في الشيخوخة والمرض قد لا تقوى على البحث عنه. وفي السن الذي فيه يبدأ الناس بفهم المغزى الحقيقي للحياة يصبح الجسم واهناً فيصرفون ما تبقى من عمرهم في الاعتناء بالآلة الجسدية الهشة بدلاً من البحث عن الحقيقية.

* * *

سأتخذ من كل شعب أفضل ما لديه، وسأستحسن الصفات الطيبة لكل القوميات دون التركيز على عيوبها.

* * *

مثلما نهتم بالقيمة الغذائية لطعامنا اليومي، هكذا يجب أن نبدي اهتماماً بمغذياتنا النفسية التي نقدمها لعقولنا كل يوم.

* * *

الكلام العذب ترياق عجيب للعديد من الأمراض وفيه قوة سحرية ومغناطيسية جبارة تجلب الكثير من الخيرات والبركات لصاحبه. فالذي يستخدم الكلام العذب المهدّئ للخواطر يشعر بتيار خفي ينساب من خلاله دون انقطاع ويمتلئ كيانه بفيض من الطمأنينة لأن ذلك التيار متصل بمصدره الأعلى الدائم التدفق والجريان إلى النفوس المتناغمة مع ذلك المصدر، وسيتمكن من نقل السعادة إلى النفوس المتعطشة للسلام.

* * *

كم من كلمة طيبة نابعة من القلب بددت أحزاناً كثيرة.. وكم من أصواتٍ حكيمة أنارت دروباً مظلمة بمصابيح البهجة والطمأنينة!

* * *

* إننا ننمو من خلال كل تجربة نمر بها ما دمنا ندرك أن بمقدورنا استخلاص دروس نافعة منها. فلكل ما نختبره من ألم ومعاناة معنىً وغاية. وبالرغم من قسوة التجارب، لكنها كالنار التي تصهر خام الحديد لتحوله إلى فولاذ جميل المنظر، قوي التحمّل، ومتعدد الاستخدامات.

* * *

إن جميع الإنجازات البارزة في حياتي تحققت عن طريق قوة العقل المتناغم مع الله. فعندما يكون مولـّد الكهرباء الإلهي شغالاً يتحقق كل ما أتمناه دون استثناء، إذ يرتسم أولاً كتصميم أثيري غير منظور ثم يتجسد بقوة لا تقاوم على أرض الواقع.

* * *

عندما يهمس الفكر لله همساً وجدانياً حاراً نابعاً من أعماق نفس مشتاقة سيلامس نداء الروح القلبَ الكوني وستأتي الإجابة ومعها فرح عظيم. الهمس الفكري ينمي الإرادة إلى أن تمتلك من القوة ما يكفي لتحقيق الهدف المنشود.

* * *

عندما يتناغم عقل الإنسان وإرادته مع الله فإنهما يُشحنان بقوة لا حد لها بحيث يصبح مجرد التفكير بأمر ما كفيلاً بتحقيقه لأن القانون الإلهي يعمل لصالح المتناغمين مع الإرادة العليا.

* * *

مهما كانت شواغلنا يجب أن يحتل الله المقام الأول في حياتنا، ومن أهم مقومات النمو الروحي هو الهمس الوجداني المتواصل لله حيث ستلمس بنفسك تغيّراً إيجابياً رائعاً سيعجبك كل الإعجاب.

* * *

يجب ألا يكرس الإنسان كل قدراته العقلية التي وهبها له الله للبحث عن أمور زائلة وإلا سيفقد ذاته في متاهات المادة ويخلق لنفسه قيوداً ومحدوديات هو بغنى عنها.. وعليه بدلاً من ذلك أن يستخدم قواه العقلية في تحصيل ضرورات العيش والسعي لتطوير ملكاته الروحية للتمييز بين الخطأ والصواب والضار والنافع.

* * *

الحقيقة تكمن ما وراء الآراء والنظريات وكثيرون ممن ينتهجون هذا الأسلوب يصبحون مقيدين باستنتاجاتهم الذاتية.

* * *

افتح يا رب أبواب السكون واحرس محراب أفكاري الروحية من هجمات الوساوس الشريرة.، ولتتفتح ورود أشواقي في بستان قلبي وأنا في انتظار فجر قدومك.

* * *

* لا قدرة للمعرفة النظرية على اكتساب العلم الإلهي ومن المستحسن ألا يصرف المرء وقته الثمين على نظريات لا يمكن تطبيقها على أرض الواقع وإلا سيجد نفسه في خضم أدغال فكرية كثيفة وغير قادر على تخطي نطاق النظريات.

* * *

السعادة هي ثمرة الانتصار النفسي على ظروف الحياة المتقلبة.

* * *

من يعترف به الله قد يكون مجهولاً بالنسبة للعالم.

* * *

إن برمجَ الإنسان نفسه بمعرفة نظرية [دون اختبار فعلي] سيصبح كجهاز تسجيل متنقل يكرر أقوالاً مأثورة ويردد عبارات

سامية فيعتبره الآخرون عالماً متفقهاً لكن مثل تلك المعرفة لا يعززها إدراك مباشر للحقيقة ولا يوازيها تحصيل روحي.

* * *

المشاكل ستتواصل في العالم، فإلى أين يمكن التوجه طلباً للإرشاد والهداية؟ أفكار المرء المستوحاة من عاداته وتحامله وأحكامه المسبقة وتعصبه لا تجدي نفعاً، ومؤثرات بيئته وعائلته وبلده أو عالمه لا قدرة لها على التوجيه الصحيح. ولذلك يجب التوجه إلى الله والإصغاء للصوت الهادئ الهادي الصادر من أعماق النفس المتناغمة مع الحق.

* * *

افتحوا قلوبكم للفيض الرباني كي ينساب من خلالكم ويملأ حياتكم بالخيرات والبركات الروحية.

* * *

مهما كانت الأعمال التي تقوم بها والإنجازات التي يمكنك تحقيقها تذكّر دوماً أن الله هو المصدر الذي يمدك بكل القوى التي تحتاجها للعمل والإنجاز.

* * *

* دعني أتذكرك يا رب في الفاقة وفي الرخاء، في المرض وفي الصحة، في الجهل وفي الحكمة، ودعني أبصر نورك المبارك الذي يمنح العافية والشفاء في التو واللحظة.

* * *

* في خلوة أفكاري أحنّ لسماع صوتك المبارك. أبعِد عني الأصوات الأرضية الخشنة المتوارية في طيات ذاكرتي.. أريد الاستماع لصوتك الهادي والمنشد على الدوام في سكينة نفسي.

* * *

في الحياة ظلام دامس ويجب أن نجعل نور الله مصباحنا الكشاف أثناء سيرنا على دروب الحياة المظلمة. فهو بدر التمام في ليالي الجهل والظلام.. وهو شمس الإشراق في ساعات اليقظة، ومنارة الإرشاد ونجم القطب لعابري بحور ظلمات الوجود الأرضي الموقوت.

* * *

آن الأوان لأن يوقظ الإنسان وعيه من غفوة النسيان إلى صحوة الروح. نسألك يا رب أن تبتعث وعينا من سراديب الغفلة والأفكار الضيقة المحدودة إلى آفاق السلام والنور والمحبة والتعاطف الإنساني الشامل.

* * *

* ستنصلح الأمور في نهاية المطاف لأن قوى الله وعجائبه محتجبة خلف تناقضات الحياة البشرية، ومن لا يقتنع بحتمية الأوضاع ويحاول النفاذ بعقله وإيمانه إلى ما وراء الحجاب سيُفتح له الباب.

* * *

الإيمان لا يعني أبداً أن يكون الإنسان متهوراً، أو ألا يتعامل بحكمة مع الظروف، إنما بغض النظر عما يحدث يجب أن يؤكد الشخص لذاته أن الله وحده قادر على مساندته في الظروف الصعبة والعصيبة إن هو توجه إليه بقلبه وروحه وأحاسيسه جميعاً.

* * *

لو أن حواسنا نقلت إلينا الحقيقة كاملة لرأينا الأرض على هيئة أنهار من الإلكترونات، ولأبصرنا كل ذرة من الغبار ككتلة متدحرجة من النور. والذين يَنفذون ببصيرتهم من المادة إلى الروح يدركون طبيعة الوهم ويعرفون جوهر الحقيقة.

* * *

سواء كان الشخص في أدغال أفريقيا أو في ساحة الحرب أو يعاني من المرض أو الفقر يجب أن يقنع نفسه بأن يد الله أقوى من الخطر وقادرة على حماية المستجيرين به. لا توجد طريقة أكثر فعالية للحماية. طبعاً يجب أن يستخدم المرء المنطق في تعامله مع الأحداث وفي نفس الوقت يثق ثقة تامة بالعون الإلهي.

* * *

* إن الحب الذي يسكن قلوب كل المخلوقات .. حب كل الأمهات والآباء والأصدقاء والأحباب.. هو منبثق عن الحب الإلهي.

* * *

يجب التمييز بين الواجبات الكبرى والصغرى وإعطاء الأولية للأهم منها قبل المهم. كما ينبغي ألا يناقض واجبٌ واجباً آخر. الأسفار المقدسة تخبرنا أنه عندما يتعارض أحد الواجبات مع واجب آخر فذلك دليل على أنه ليس واجباً حقيقياً.

* * *

مع انتشار أشعة الشمس الحيوية سأنشر أشعة الأمل في قلوب الفقراء والمهجورين [الذين تخلى عنهم المجتمع]، وسأبث عزيمة جديدة في قلوب الذين يظنون أنهم فاشلون.

* * *

قال المعلم برمهنسا لأحد المريدين:

"لا تستثنِ أحداً من دائرة حبك. أحتفظ بالجميع في قلبك وسيحتفظون بك في قلوبهم."

* * *

ساعدني يارب كي أستخدم إرادتي دوماً في إنجاز الأعمال النافعة والخيّرة.

وساعدني كي أتوافق مع إرادتك حتى تستجيب كل أفكاري لمقاصدك وتتناغم مع مشيئتك.

وساعدني على إيقاظ القوة الخفية المباركة في داخلي كي أتغلب على كل المصاعب والتجارب.

* * *

يقظ تلك الشخصية الروحية الجريئة والمتواضعة في آن – التي تجمع ما بين قوة الأسود ووداعة الحمائم.

* * *

لن أهتم للانتقاد الزائف المرير ولا لأكاليل المديح والاطراء. أمنيتي الوحيدة هي عمل إرادتك يا رب وكسب رضاك.

* * *

لا يمكنك أن تتصور الفرح الفائق الذي سيغمرك عندما تشعر بالحضور الإلهي. النفس عندئذ تنتشي بحب الله الذي لا نهاية له. إنه حب يفوق أي حب بشري بملايين المرات.. حب يحقق كل أمانيك ويملأ قلبك بالبهجة والرضا.

* * *

بالتركيز الداخلي يمكنك أن تشعر مباشرة بالغبطة الروحية داخل نفسك ومن حولك. وإن ترسختَ في ذلك الوعي ستنمو شخصيتك على نحو توافقي وستكتسب مغناطيسية جذابة للناس وللمخلوقات الأخرى.

* * *

أيها المجير الأعظم، لا يهمني إن فقدت كل شيء بسبب قدَري الذي هو من صنع يديّ، ولكني أسألك يا ملاذي الوحيد أن تحمي شمعة حبي لك من رياح الغفلة والنسيان.

* * *

فلنشرب حتى الارتواء من مياه السلام النقية المنعشة المتدفقة من ينابيع الظروف المواتية والمعززة بتصميمنا الأكيد على التفكير الإيجابي والنظرة المتفائلة.

* * *

الضمير هو إحساس بديهي، يبيّن حقيقة المرء ودوافعه. عندما يكون ضميرك مرتاحاً، وعندما تعلم أنك تفعل الصواب، فلن تخشى شيئاً. الضمير النقي هو شهادة حسن سلوك من الله. البراءة أمام محكمة الضمير تعني امتلاك السعادةً والحصول على بركات الله.

* * *

حاول عمل الأشياء الجريئة والمحببة إلى النفس، التي لا يقوم بها معظم الناس، وامنح المحبة والسلام للذين لا يلتفت إليهم الآخرون.

* * *

قال المعلم برمهنسا لأحد المريدين:

"إن لم تصرف وقتاً لتهذيب العقل، فلن يتمكن أي مقدار من الرخاء المادي من إرضائك. هذا التهذيب ليس تعذيباً بل تدريب للوعي لتغذية الأفكار والأفعال التي تقود إلى السعادة.

***

سعادتك هي نجاحك، فلا تسمح لأحد بسلبك سعادتك. احمِ نفسك من الذين يحاولون إزعاجك. عندما كنت فتىً كنت أفقد صبري كلما روّج البعض إشاعات كاذبة عني. بعدها أدركت أن راحة ضميري هي أهم من رضاء الناس عني أو استحسانهم لي."

* * *

ليتكم تعرفون حكاية الغرام الإلهي التي يحياها بعض المريدين مع الله! ما من اختبار آخر في الحياة يمكن مقارنته بذلك الفرح. لقد عرفت قديساً كان مستغرقاً في حب الله طوال الوقت، وكان وجهه يشع بالحب المقدس. عين الله دوماً على محبيه ولا يتخلى عنهم لحظة واحدة.

* * *

قلائل هم المهتمون بتنمية قواهم العقلية والروحية.

* * *

لا تسمح لنفسك بالإنحدار إلى قاع التسويف.. انهض من إغفاءة الواقع العادي الممل وانطلق نحو آفاق الحياة الراقية حيث الإنجاز والفرح والسلام.

* * *

في داخلك إمكانات جبارة بانتظار استثمارها وأنت الوحيد القادر على تفعيلها والإستفادة منها.

* * *

التحرر من إملاءات العادات الخاطئة والأهواء غير السليمة يمنح سعادة أكبر بكثير من السعادة التي يمنحها النجاح المادي. في النجاح الأدبي سعادة نفسية لا يمكن للظروف الخارجية أن تسلبها منك. بإمكانك أن تصرف كل وقتك في جمع المال لكن ذلك المال لن يمنحك الراحة والضمان الدائمين اللذين تبحث عنهما. بل على العكس سيجلب لك المزيد من التعاسة لأن السعادة والسلام هما في الفكر وليس في الأشياء نفسها.

عندما تترسخ في ذاتك الحقيقية تنجز كل عمل وتستمتع بكل الأشياء الطيبة بالفرح الإلهي.

* * *

لا تسمح للضعف بالتسرب إلى عقلك وراعِ الحيطة والحذر عند مخالطة ذوي الأفكار السلبية والنظرة السوداوية لئلا تتسرب أفكارهم الضعيفة إلى عقلك ما لم يكن عقلك قد بلغ درجة من القوة بحيث لا يمكن لأفكار الغير أن تضعفه، بل على العكس من ذلك يقدر على تقوية أفكار الآخرين وتعزيز ثقتهم بأنفسهم.

* * *

الله أولاً، ولا ينبغي أن نستقبل يومنا أو نودعه دون التفكير به... ويجب أن نتذكر أنه لولا حصولنا على القوة والنشاط من الله لما تمكنا من القيام بأي عمل من أعمالنا. ولذلك واجبنا الأكبر هو نحوه.

* * *

هناك طريقة لتقييم العادات والتقاليد والحكم عليها. في البداية كان لكل تقليد مبرر. فإن وجدنا أن ذلك المبرر ما زال قائماً يكون للتقليد معنى وفائدة. ولكن ليس من الحكمة اتباع التقاليد دون تبصّر. يجب أن نعرف الحق ونتبعه، ونتبيّن ما يمكن أن يمنحنا السعادة فنطبّقه.

* * *

عندما ترى أعداداً كبيرة من الناس لا يملكون سعادة أو نجاحاً، لا تفكر أن الإنسان مكتوب عليه أن يعيش هكذا. باستطاعتك أن تجعل من نفسك ما تريد أن تكون. ونجاحك الداخلي هو ما يجعلك ناجحاً.

* * *

إن كنت لا تملك شيئاً في داخلك فلن تكون سعيداً. وإن كنت لا تملك شيئاً من حولك وكنت سعيداً في ذاتك فأنت ناجح بكل تأكيد. وهكذا ليس في المستطاع الحكم على الناس بحسب ظروفهم الخارجية.

* * *

من بين الجماهير الغفيرة قد يوجد إنسان بلغ حالة من السمو الروحي ويتمتع بسلام باطني وسعادة روحية فائقة.

* * *

إنني أعلم علم اليقين بأن كل ما أحتاجه سيأتي إليّ ولذلك لا أقلق لما سيحمله المستقبل. هذه ليست مباهاة ولا ادعاءً لأنني لمست عمل وفاعلية تلك القوة المباركة في حياتي مرات عديدة.

* * *

سواء كنت عائماً على سطح الحياة أو غارقاً في أعماق اليمّ، أعلم أنني مع الله وهو معي، وأن لا شيء يقدر على إيذائي. تلك المعرفة أعطتني سعادة فائقة تعصى على الوصف.

* * *

لا جدال أن هناك شعوراً ممتعاً لدى شراء شيء جديد. ولكن بعد مضي فترة من الوقت يتلاشى ذلك الشعور البهيج تدريجيا، بل قد تفقد الرغبة في ذلك الشيء وتنساه وترغب بشيء آخر. لكن فاتورة ذلك الشيء لن تنساك، فيما إن كنت قد اشتريته على التقسيط!

* * *

يجب أن يتحكم الإنسان بحياته ويبسّطها قدر الإمكان. ويجب أن يدّخر بعض المال للحاجيات والظروف الطارئة، وأن يوفـّر أكثر من الإنفاق على الكماليات، ويساعد الآخرين على قدر طاقته. عندما تساعد الآخرين سيأتيك العون بطريقة أو بأخرى ولن تحتاج أو تـُحرم شيئاً.

* * *

في ابتهاج كل القلوب أسمع صدى غبطتك يا رب، وفي صداقة كل المخلصين أشعر بمحبتك. أفرح وينشرح صدري لنجاح أصدقائي وتوفيقهم مثلما أسعد برفاهيتي ويُسري. وإذ ألهم الآخرين الحكمة أضاعف كنوز حكمتي، وفي سعادة الجميع أعثر على سعادتي.

* * *

إن ألد أعداء السعادة هي استدانة المال لشراء الكماليات. الناس يظنون من قبيل الوهم أنهم لن يكونوا سعداء ما لم يحصلوا على شيء بعينه. لكنهم لن يتذوقوا تلك السعادة حتى بعد حصولهم على ذلك الشيء، بالرغم من ابتهاجهم المؤقت به. فما هو الهدف من الجري وراء سراب السعادة الأرضية الذي يعِد ويخلف الوعد؟ يجب أن يعيش الناس ببساطة دون الحاجة للكثير من المقتنيات التي تتطلب اهتماماً متواصلا.

* * *

فردوسي هو في داخلي. وإذ أستمتع بما أنعم الله عليَّ به، أشكره فيتعاظم فرحي الباطني. بدون ذلك الرضا الداخلي تتحول حتى أفراح الأرض ومسراتها إلى جحيم. ولقد تيقنت أنه لولا ذلك الفرح الباطني لكان عبء المسؤوليات الملقى على عاتقي قد سلبني سلامي وحرمني من سعادتي.

* * *

إن اقترنتْ الثروة بالمرض والمشاكل فالتبعات ستكون كثيرة. النظافة والرعاية الصحية هما من محاسن الغرب. فالحشرات المؤذية والجراثيم الفتاكة يتم مكافحتها بفعالية في البلدان المتطورة في حين تتواجد بكثرة في بلدان أخرى. لكن التخلص من تلك الآفات لا يعني ذروة الإنجاز، لأن هناك آفات من نوع آخر في الدول المتقدمة، مثل فواتير يصعب دفعها وأزمات مالية خانقة بسبب نظام الشراء بالتقسيط.. آفات تقض المضاجع وتقوض راحة النفس.

* * *

إننا جزء لا يتجزأ من نفس الوعي الذي عنه انبثق هذا الكون العظيم.

* * *

هل سبق ورأيت قطيعاً من الغنم؟ إن قفز واحد منه يقلده باقي القطيع دون تردد. معظم الناس هم على هذه الشاكلة. إذ قد يأتي أحدهم بفكرة أو يطلع بموضة جديدة فيتلقفها الآخرون ويقلدونها. هذا النمط ما زال على حاله منذ أجيال. لكل أمة عاداتها وتقاليدها ولا يمكننا القطع بصحة وسلامة جميعها. ولكن من يدري؟ فقد تكون بعض تلك العادات والتقاليد لا معنى لها ولا فائدة منها؟

* * *

عندما تهدأ ثائرة الأفكار المتلاطمة ندخل مملكة السلام ونلامس الحضور الإلهي.

* * *

فكّر بالله، أو بمنظر طبيعي جميل يوحي بالسلام، أو باختبار بهيج ومفرح، فالنشاط الذهني الإيجابي الهادىء منشط ومنعش.

* * *

إننا نعيش في عالم يسوده الهرج والصخب. تظن أن المال يعني السعادة، ولكن عندما تحصل عليه تجد أنك ما زلت غير سعيد. قد تحصل على المال وتفقد [لا سمح الله] صحتك. أو قد تمتلك صحة جيدة وتفقد مالك. أو قد تمتلك المال والصحة مع مشاكل عديدة مع الآخرين، إذ قد تقدم للناس أشياء طيبة

ويعطوك في المقابل حقداً وكراهية. بدون الله لا يمكن لأي شيء في هذه الحياة أن يرضيك.

* * *

الأرض تتحول إلى حجرة تعذيب بالنسبة للذين يعيشون في جهل بالخطة الإلهية. ولكن عندما تنظر إلى تجارب الحياة على أنها معلمك وتتعلم منها الطبيعة الحقة لهذا العالم وماهية دورك المخصص لك في المسرحية الكونية، تتحول تلك التجارب إلى إضاءات قيّمة على الطريق نحو الرضا والسعادة الدائمين.

* * *

هناك خلف العتمة غير المظلمة، والسكون الذي لا صوت له واللاشيء غير المخلوق، يوجد الجوهر السرمدي الذي هو أصل الوجود ومصدر كل القوى والكائنات، المنظور منها وغير المنظور.

* * *

الله لم يخلق هذه الأرض لنا فقط كي نأكل وننام ونموت، بل لنعرف إرادته وندرك الغاية من وجودنا. إن حفنة من الحكماء قد أدركوا معنى الخطة الكونية لكن أكثر الناس غير مبصرين وغير مدركين لتلك الغاية.

* * *

لم يكن المال غايتي في الحياة بل غايتي كانت خدمة إخوتي وأخواتي في الإنسانية. ولذلك فقد فتح الله لي الكثير من أبواب الخير لإعالتي وإتمام رسالتي.

* * *

لقد خلق الله هذا الكون كي يعمل وفق قانون ثابت لا يتغير. إن انتهكنا أياً من النواميس الكونية نعاقب أنفسنا. فمن يقفز من سطح بناية عالية ستتحطم عظامه. لذلك لا يمكننا تجاهل قانون الجاذبية دون معاناة التبعات المترتبة على ذلك.

* * *

عندما نلقي نظرة معمقة على حضارات العالم ونستكشف الأسرار الخبيئة في المدنيات القديمة تبرز لنا صورة كبيرة، متشابكة الخطوط، متنوعة الفصول، دقيقة التفاصيل ونجد أن الإنسان ذو طبيعة فردية واجتماعية في نفس الوقت.

* * *

لو أن الله يريدنا أن نحيا فقط في الوعي المادي لكنا راضين كل الرضا بالأشياء المادية وقانعين بالطرق الدنيوية.

* * *

إشعاعات النقاء والسلام والسعادة التي تفوق الأحلام... تومض وتتراقص في أعماقنا الجوهرية.

* * *

مع ظهور كل تجربة في سماء حياتنا إبّان رحلتنا الأرضية هذه يجب أن نعرف كيف نوسع مدارك وعينا وكيف نكون أكثر تفهماً للظروف التي تحيط بنا أو نمر بها، وسنتمكن عندئذ من العيش بتوافق أفضل والتعامل بكيفية أكثر سلاسة مع الناس والحياة.

* * *

معظم الناس يقلدون الآخرين. يجب أن يكون الشخص أصيلاً مبدعاً، وأن يتقن كل ما يقوم به.

في الشرق انصَبَّ الاهتمام في المقام الأول على تنمية السعادة الروحية في حين تم إهمال الجانب المادي للحياة في معظم الأحيان. في الغرب توجد بعض وسائل الراحة المادية والقليل جداً من السعادة النفسية. ما تمسّ له الحاجة هو إحداث توازن بين الإثنين لأن الإهتمام بشيء واحد فقط في الحياة يؤدي إلى خلل وعدم القدرة على التعامل منطقياً مع متطلبات الحياة.

* * *

إن أعظم سعادة - بعد السعادة الإلهية - هي أن يكون الشخص في سلام مع أقربائه المباشرين الذين يتحتم عليه العيش معهم كل يوم من أيام السنة.

الناس يهدرون الكثير من الوقت في التسرع والاندفاع دون تحقيق شيء يذكر. وقلائل هم الذين يتوقفون ليفكروا وليحاولوا معرفة ما يمكن للحياة أن تقدمه لنا.

* * *

يجب أن نعمل على تشييد صروح باطنية من الحكمة في بساتين السلام التي تزهو وتتألق بزهور لا حصر لها من المزايا الروحية البديعة الرائعة.

* * *

الإنسجام الداخلي هو مصدرٌ ثرٌ للقوة ويولّد طاقة متجددة.

* * *

لدى النظر إلى الحياة تجد أن النجاح ليس بالشيء السهل. فالحياة غالباً ما تكون قاسية لا ترحم، وعلينا أن نكافح من أجل كسب لقمة العيش. فكـّر بالجهد الذي تبذله لإعالة الجسد وإبقائه معافىً وخالياً من المرض! وحتى لو نجحتَ في ذلك فإن ذلك النجاح يبقى مؤقتاً. فالجسد - طالت أعماركم - سيوسَّد الثرى في نهاية المطاف. الضرورة تقتضي مصارعة قوىً عديدة على المستويين الداخلي والخارجي من أجل إحراز النجاح المطلوب. تلك القوى تعمل جاهدة لسلبك الإنجازات الجديرة بالإعتبار.

* * *

حاول الاحتفاظ بهدوئك تحت كل الظروف، ودع نبتة سلامك تزهر بشاشة وابتسامات رضى.

* * *

حتى عظماء القديسين لا يحصلون على الخلاص التام ما لم يقاسموا نجاحهم مع الآخرين، أي تجاربهم الروحية ومعارفهم العليا، عن طريق مساعدتهم على بلوغ المعرفة الروحية. ولهذا السبب فإن الواصلين إلى تلك المراحل والحاصلين على تلك الحالات مهتمون بتقديم الفهم لمن هم بحاجة له. إن كنتَ ترغب في بلوغ النجاح الحقيقي فإنك لا تضمن بذلك سعادتك الشخصية وحسب بل سعادة الآخرين أيضاً.

* * *

كل من يمتلك ذكاءً يستطيع كسب المال. لكن إن كان يمتلك حُباً في قلبه فلن يستعمل ذلك المال أبداً لأغراض أنانية، بل سيشارك الآخرين به. المال لعنة ونقمة في أيدي الأنانيين والبخلاء وبركة ونعمة في أيدي ذوي القلوب الطيبة والنفوس الكريمة.

* * *

قد يرغب أحدهم بممارسة الصمت لفترة طويلة ويرفض خلال تلك الفترة الكلام مع أفراد أسرته. ذلك الشخص قد يفلح، نتيجة لذلك، بإحراز بعض السلام الذاتي، إنما تصرفه هذا هو

أناني وضار بسعادة أسرته. فهو لا يُعتبر ناجحاً بالمعنى الصحيح ما لم ينتفع أعزاؤه أيضاً من إنجازه. وبالمثل، فإن إحراز النجاح المادي لا يقتصر على حقنا في التمتع بالرفاهية بمفردنا وحسب، بل يعني أيضاً مسؤوليتنا الأدبية نحو الآخرين من حيث مساعدتهم لتحسين أوضاعهم المادية وظروفهم المعيشية.

* * *

إنني محميٌّ خلف أسوار ضميري المرتاح. لقد حرقت الماضي المظلم وإني مهتم باليوم فقط.

* * *

اليوم أدرك بأنني واحد مع نور الخير الأعظم وبأنني منارة للذين يصارعون أمواج بحر الأحزان.

* * *

الناس لهم نظرات ونظريات مختلفة عن النجاح، بحسب طموحاتهم في الحياة. ولا يندر أن نسمع بعضهم يقرن النجاح بالسرقة كقوله "لقد كان لصاً ناجحاً"! مما يؤكد أن النجاح بكل أطيافه وأصنافه مطلوب ومرغوب. لكن نجاحنا يجب ألا يُلحق الأذى بالغير.

هناك أيضاً معيار آخر للنجاح: فعندما نتمكن من جلب نتائج توافقية ونافعة لأنفسنا يجب أن نشمل الآخرين أيضاً في نجاحنا ونقاسمهم ثماره.

النجاح يعني رضا الإنسان وقناعته في المحيط الذي يعيش فيه. النجاح الحقيقي هو المحصّلة لأعمالٍ مؤسسة على مبادئ الحق، ويشمل سعادة ورفاهية الآخرين كجزء متمم لسعادة الإنسان نفسه. إن طبقنا هذا القانون على حياتنا المادية والفكرية والأدبية والروحية نكون قد حصلنا على تعريف كامل وشامل للنجاح.

* * *

هنا في هذا العالم المحدود نلمس الطول والعرض والكثافة، ولكن هناك مستوى آخر لا وجود فيه للأبعاد إذ كل شيء واضح شفاف.. كل شيء وعي وإدراك. حاسة الذوق إدراك وكذلك حاسة الشم. إن مشاعرنا وأفكارنا وأجسامنا هي حالات من الوعي. فمثلما نستطيع أن نرى ونسمع ونشم ونذوق ونلمس

في الحلم، هكذا في ذلك المستوى السامي نختبر كل هذه الإحساسات بواسطة الوعي المحض.

* * *

أسعدنا يا رب بالإحساس بقربك، وحررنا من الشهوات المكبلة، وامنحنا فرحاً باطنياً لا تؤثر به تجارب الحياة وأحداثها المتقلبة.

* * *

عندما تتناغم عقولنا مع المدركات العليا، يستيقظ في داخلنا الوعي الروحي ونختبر عجائب مدهشة من الحكمة والحب الإلهي.

* * *

إن أحببنا الله محبة تامة وتوجهنا إليه بكل أفكارنا وقلوبنا سنحس بقربنا منه وسنجد أنه أعظم موئل أمانٍ في الحياة.

* * *

في الفضاء الذي يبدو خالياً خاوياً هناك صلة كونية وحياة أبدية توحّدنا بكل ما في الكون من أحياء وجمادات.. موجة من الحياة العظمى تتدفق عبر كل شيء في الوجود. الأبدية هي بيتنا الحقيقي ومستقرنا الدائم، ووجودنا في هذه الأجساد هو وجود مؤقت يشبه استراحة قصيرة لقافلة مسافرة عبر الصحراء.

* * *

عندما نتناغم مع قوى الروح الخلاقة سنكون على تواصل مع العقل الكلي واللانهائي القادر على توجيهنا وحل مشكلاتنا. وستتدفق القوة المبدعة إلينا دون انقطاع من المصدر الأعظم لكياننا بحيث نتمكن من الإنجاز الإبداعي في أي مجال من مجالات أنشطتنا.

* * *

الحب ينمو ويزدهر في بيئة من الثقة والتسامح والاحترام المتبادل.

* * *

باركنا يا رب بنور الأفكار النقية والعادات الطيبة بحيث إن اقتربت منا ظلمة العادات السيئة والأفكار المنحرفة سيتم طردها على الفور. وساعدنا كي نحبك محبة فائقة بحيث لا تقوى

أوهام المادة أو مغريات العالم على اجتذابنا والاستحواذ على عقولنا وقلوبنا.

* * *

نادراً ما تكون الأشياء التي يمكن الحصول عليها بسهولة ذات قيمة. هذا نعرفه من مطالعة حياة العظماء من الرجال والنساء وكيف أنهم أصبحوا عظماء من خلال تنمية مواهبهم وإنجاز واجباتهم وبناء قيمهم الخلقية ودراستهم المعمقة وابتعادهم عن الأنانية.. والنتائج التي حصلوا عليها والإنجازات التي توصلوا إليها كانت أعظم بما لا يقاس من الجهود التي بذلوها.

* * *

الحرية الحقيقية تكمن في حرية الإختيار الموجهة بالحكمة والمدعومة بالفهم والصواب والإرادة الحازمة.

* * *

عندما توقظ إرادتك وتصميمك وتمييزك الواعي تنطلق من الوعي السامي - عن طريق بصيرة الروح - قوىً غير منظورة لمساعدتك ولتوضيح السبل المؤدية إلى الراحة النفسية والسعادة بعون الله.

* * *

يجب على الانسان أن يفتح قنوات الروح بمجهوده الذاتي. ما من أحد يختار طوعاً التألم والشقاء بدلاً من السلام والسعادة. الجهل هو سبب المعاناة وهو العائق الذي ينبغي إزاحته والتخلص منه. الجهل هو عشبة ضارة، قوية الجذور، تنمو في حديقة الانسان وتزاحم النباتات الصالحة والمفيدة. لا بد من التغلب على الجهل بالإرادة الحازمة والتصميم القاطع. يجب حرث تربة العقل بالتركيز الذهني الدقيق [على الإيجابيات] وسقي البذور الجيدة بماء الإيمان. وعندما تشرق أشعة الحب الحيوية والدافئة سينمو نبت الخير ويتغلب على الأعشاب والحشائش المتطفلة لأن لا وجود للظلام مع النور.

* * *

إن بهجة الأشياء المادية تخمد وتتلاشى لكن الفرح الإلهي لا يخبو وهجه أبداً. إنه سعادة ربانية لا نهاية لها وتفوق حد الوصف.

* * *

يجب ألا نستخدم أبداً الأساليب المغلوطة للحصول على السعادة، وألا نتخلى عن السلام والثراء الروحي اللذين نمتلكهما في داخلنا طمعاً في الحصول على راحة موهومة وبحبوحة عيش براقة قد تلوّح لنا بهما الأفعال والتصرفات الجهنمية ذات الآثار المدمرة.

* * *

السكينة هي أفضل كاميرا لتصوير الحضور الإلهي. فمن خلال عدسة الطمأنينة الصافية والمركزة تركيزاً دقيقاً ستظهر الصورة المباركة واضحة بكل جلاء.

* * *

في الحقيقة إن كل الحكمة موجودة داخل نفسك وكل ما تحتاجه هو أن تصبح على دراية واعية بذلك .

* * *

الرضا يكمن في تحسين الإنسان نفسه بحيث يسعى الآخرون إليه بدلاً من أن يسعى هو إلى الآخرين. يجب منح المحبة والصداقة دون توقع أي شيء أو المطالبة بأي شيء في المقابل لأن التوقع يجعل الشخص ضحية الغيظ والاستياء. وحتى عندما يبذل الشخص مجهوداً لتحسين نفسه يجب أن يقف بمفرده، آمناً مطمئناً في قلعة فضائله وقيمته الذاتية.

* * *

لتنبجس شلالات البهجة والتفاؤل من قلبي على الدوام وليلامس رذاذها المنعش كل الذين أقابلهم.

* * *

الفرح الروحي يولِّد في النفس الرغبة لمساعدة الآخرين من كل ناحية، وينمّي القدرة على تذوق المتع المعنوية الراقية التي تقود إلى السعادة مما يقلل من الميل إلى الملذات الخشنة.

* * *

مهما كان دورك صغيراً يبقى مع ذلك بأهمية أكبر الأدوار من حيث المساهمة في إنجاح المسرحية الكونية التي تؤديها النفوس على مسرح الحياة.

* * *

الوعي الكلي هو وعيٌ مطلق لا نهائي، دائم التجدد ولا نفاد لإبداعه، ومن خلالك يحاول الإعراب عن مظهر فريد من ذاته.

* * *

إن تذوقت الحب الإلهي ولو مرة واحدة فلن تتخلى عنه أبداً لأنه لا يوجد شيء آخر مثله في الكون بأسره.

* * *

العارفون بالله بلغوا مراحل روحية متطورة جداً بحيث لا يكتفون بتقديم النصح الروحي وحسب للخاطئين، بل يمكنهم – بفضل الله وعونه - شحنهم بالقوة الروحية التي تحررهم من نتائج أعمالهم الآثمة.

* * *

إن كل الأعمال الصالحة والشريرة كامنة في خلايا الدماغ وتظهر على هيئة عاداتٍ أو نزعات صالحة أو شريرة في الفكر. الإنسان الذي يعاني من عادات غير سليمة بسبب خلايا دماغه المشحونة بقوة تلك العادات يمكن تحرير نفسه بقوة الإرادة والتأمل والدعاء الصادق والتأكيد الإيجابي المتواصل إلى أن تتحول كل عاداته غير المرغوبة إلى عادات طيبة من السلام والهدوء. هذا يحدث عندما تعمل قوة الحياة الموجّهة توجيهاً صحيحاً على تغيير الطبيعة غير السوية لخلايا الدماغ بحيث تصبح تلك الخلايا مفعمة بكل ما هو طيّب وصالح وجميل.

* * *

الفهم هو عين الباطن ورؤية الروح وتلسكوب القلب.. وهو التوازن بين رزانة العقل ونقاء الوجدان.

* * *

في كل يوم نبصر مشاهد مختلفة، وكل يوم يأتي بدرس جديد ينبغي تعلّمه، ويُتوقع من الإنسان أن يتعلم الدرس بالتركيز على الغرض الأسمى من وجوده: التعرف على مصدر كينونته وسند حياته.

لنعمل على نسيان أحزان الماضي ولنصمم على عدم التركيز عليها. وبإصرار أكيد وإرادة فاعلة لنجدد حياتنا، ولنعزز نجاحاتنا، ولنغذّ في نفوسنا العادات الطيبة والسجايا النبيلة.

الله هو قوّتي ولا أؤمن بأي قوة أخرى.

خض معركة الحياة وكافح حتى النهاية ولا تتراجع. لا تقل أبداً "لا يمكنني العثور على الدرب ولذلك سأوقف المحاولة". اسأل عن الطريق إن كنت قد ارتكبت أخطاءً ولكن لا تتوقف أبداً عن بذل المجهود. كثيرون يقبلون الهزيمة عندما تعترض طريقهم العقبات. على الفاشلين مخالطة الناجحين وليس الفاشلين. صمم على أنك ستنجح وتلك يجب أن تكون فلسفتك في الحياة.

كل يوم يجب أن نعزز قوانا الجسدية وأن نضاعف قوانا العقلية ونتعرف على ذاتنا الحقيقية بالتأمل والتفكير السليم والعمل الإيجابي المثمر والمفيد للجسم والعقل والروح معاً.

عندما ترغب بإنشاء عادة جيدة أو القضاء على عادة سيئة، ركّز على خلايا الدماغ حيث تتموضع آليات العادات على اختلافها. لإنشاء عادة جيدة، أجلس أولاً بهدوء وتأمل ملتمساً العون الإلهي.

ركّز ذهنك على محور الإرادة في الجبهة ما بين الحاجبين وبعمق أكد لنفسك العادة التي تريد أن تغرسها في الدماغ. وعندما ترغب في القضاء على عادات سيئة، احصر أيضاً انتباهك في مركز الإرادة وأكد بعمق أن كل الأخاديد التي تعشش فيها تلك العادات يتم مسحها.

بالتركيز وقوة الإرادة يمكنك مسح حتى الأخاديد العميقة للعادات القديمة المستحكمة.

أكد لنفسك مراراً وتكراراً أن لديك من قوة الإرادة ما يكفي لاستئصال جذور العادات غير السليمة من منطقة الدماغ. الوقت الأنسب لمثل هذا التأكيد هو الصباح الباكر عندما تكون الإرادة والإنتباه يقظين. واصل التأكيد لنفسك بأنك متحرر من كل الإملاءات وستجد يوماً ما أنك - بعونه تعالى - قد تحررت بالفعل من العادة التي تريد التخلص منها.

مهما كان الشيء الذي تخشاه، ابعد فكرك عنه واتركه لله. عزز يقينك بالله وثق بأنه قادر على مساعدتك، واعلم أن قدراً كبيراً من المعاناة ناجم عن الهم والقلق.

لماذا يتعين عليك أن تتألم الآن والشيء الذي تخشاه لم يقع بعد؟ بما أن معظم اضطراباتنا تأتي عن طريق الخوف، فإن أقصينا الخوف من حياتنا سنشعر بالحرية وسيكون الشفاء فورياً.

كل ليلة وقبل النوم مباشرة أكد لنفسك أن الله معك وأنه يحميك ويرعاك. تصور نوره الواقي يحيط بك من كل جانب وستشعر بحمايته العجيبة.

في هذه المسرحية الكونية، يقوم البشر من كل الأجناس بتمثيل دراما الحياة على مسرح الزمن.

يجب أن ندرك مغزى الحياة دون الإنهماك الزائد أو التحقق المفرط مع أدوارنا المؤقتة. إن إدراكنا للحياة كثيراً ما يشوبه التشويه والإنحراف لأننا ننظر بعيون الأنانية والأفق المحدود، ولو نظرنا بعين الروح لأبصرنا الأمور من منظور آخر تماماً.

عندما نفتح عين الحكمة نبصر نور الله الشامل، وفي ذلك النور نعاين طبيعتنا الروحية التي هي انعكاس لطبيعة الوعي الكلي الذي يتخلل كل جزيئات وأجزاء الكون.

الحقائق الروحية تحيط بنا وتقرع على أبواب عيوننا المغمضة وتستحثنا كي نبصر النور بدل الظلمة ونعمل بوحي الحكمة وليس الجهل ونملأ قلوبنا بالمحبة لا بالكراهية ونتعاون على إحلال السلام وجلب الوفرة والأمن إلى عالمنا. عندما نفعل ذلك سيتبدد الجهل وتنعدم الفوارق الوضعية وسنبصر الوحدة في التعداد ونصبح أكثر توافقاً من الإرادة الإلهية.

إن علاقتنا مع الله ليست علاقة باردة أو علاقة غير قائمة على الحب والدفء كالعلاقة بين رب العمل والأجير. نحن عياله واهتمامه بنا لا يتوقف، وهو يصغي لنا على الدوام. إننا جزء لا يتجزأ من كيانه وعلاقتنا به حية وحيوية. لقد وهبنا ثروة لا تنضب من المحبة والفهم والبصيرة والإرادة الطيبة والقوة الروحية، لكن معظمنا بدد تلك الثروة على اللاشيء.

الله يريدنا أن نحيا بأمن وطمأنينة وتعاون ودي كما يليق بأفراد أسرة نبيلة متحابة، لكن الأطماع والحسابات الأنانية نبتت وترسخت في النفوس وفرقت ما بين الأهل.

الله يريدنا سادة لكننا اخترنا أن نكون عبيداً. لقد ابتعد الإنسان كثيراً عن بيته السماوي وفقد الفردوس الباطني المتمثل في الإحساس بقربه من الله وقرب الله منه، ولن يتمكن من استعادة ذلك الفردوس دون مجهود ذاتي. لقد خلقنا الله على صورته ولكن غابت تلك الحقيقة عن أذهاننا.

لقد استسلمنا للوهم بأن قـَدرَنا هو العناء ومآلنا الفناء، ويجب أن نمزق حجاب الوهم بخنجر الحكمة لنرى الحقيقة الناصعة من خلف الحجاب.

لقد أنعم الله عليّ بالسعادة خلال هذه السنوات المديدة من عمري. وسواء رأى الناس ابتسامة الرضا على وجهي أم لا، فإن الفرح الإلهي يلازمني على الدوام ولا يفارقني أبدا.. ونهر الغبطة العظيم يجري باستمرار تحت رمال وعيي ويتفجر ينابيعَ مباركة تروي حدائق حياتي.

لا تقلبات الحياة المفاجئة تقدر على تعكير صفو سلامي، ولا شبح الموت يمكن أن يسلبني تلك السعادة الروحية التي أحس بها.

كان من الصعب جعل تلك الحالة دائمة وغير قابلة للتغير، لكن ثمار الروح التي أتمتع بها الآن وأعمل على مقاسمتها الآخرين استحقت كل ذلك المجهود الذي بذلته من أجلها.

إنني أفكر وأعمل مدفوعاً بالروح الإلهي. لم يكن المال غايتي في الحياة بل خدمة إخوتي وأخواتي في الإنسانية. ولذلك فقد فتح الله لي الكثير من أبواب الخير لإعالتي وإتمام رسالتي.. وفي أية لحظة أحتاج إلى مساعدة يحققها الله لي على الفور.

أمنيتي الوحيدة هي خدمتكم، ولهذا الغرض أنا هنا.

إن قوة الله تعمل في حياتكم أيضاً. ستلمسون بأنفسكم هذه الحقيقة عندما يتعزز إيمانكم وتدركون أن الغنى لا يأتي من النجاح المادي بل من العلي القدير.

كل لحظة تصرفها مع الله ستكون لمصلحتك العليا، وكل ما تنجزه محبة بمرضاة لله سيكتب لك في سجل الخلود.

اعتكفوا في خلوة أفكاركم العميقة واستمتعوا بالسلام المتدفق من ينبوع الصمت.

إن زرعنا أعمالاً طيبة نجني بهجة وبركة، وإن زرعنا أعمالاً بخلاف ذلك نحصد أنماطاً متعددة ودرجات مختلفة من الأزمات والمشاكل.

كل عمل طيب هو بمثابة مِعول به نحفر في تربة الوعي للكشف عن ينبوع الفرح الإلهي.

تعلّموا الغوص في بحر الاستبطان وسبر الغور، سواء فيما يتعلق بالكتب الجيدة، أو الاعتقاد، أو المشكلات، أو الفلسفة، أو الابتهاج الداخلي، مدركين أن الخلوة الاعتيادية [التأملية] هي ثمن السعادة الحقيقية.

مع أن الحياة تبدو متقلبة غريبة الأطوار وغامضة تكتنفها الشكوك وتعج بكل أنواع المشاكل والإضطرابات لا زلنا مع ذلك في حماية الله الدائمة. يجب أن لا نضخم الأمور وألا نفقد رباطة جأشنا في مواجهة الأحداث لأننا إن سمحنا للهلع بالإستيلاء علينا فإننا نمنح بذلك أهمية للشر ونعمّق جذوره التي تنمو وتترعرع في تربة الرهبة والقلق.

اسأل نفسك كل ليلة: كم من الوقت أمضيت مع الله، وكم تعمقت في التفكير، وكم أنجزت، وكم عملت من أجل الآخرين، وكم تحكمت بأهواء النفس؟

يجب ألا نتوقع الحصول على السعادة والسلام الدائمين من اختبارات الحياة، بل يتعين علينا التماسهما والعثور عليهما في داخلنا. عندها، مهما كانت التجارب التي نمر بها سنتعامل معها بنفس الكيفية التي بها نشاهد اختبارات وتجارب شخص آخر في فيلم سينمائي، سواء كانت سارّة أو مؤلمة.

بإمكان الشخص تحويل كل تجاربه إلى اختبارات تعيسة مؤلمة إن هو سمح لفكره بذلك. فهو قد يمتلك الصحة الجيدة ومع ذلك لا يقدّر قيمتها. لكن إن أصابه مرض سيتواضع عندئذ ويقدّر نعمة العافية. يجب أن نعترف بفضل الله ونشكره على نعمه التي يسبغها علينا دون أن ننتظر الظروف المعاكسة كي تجعلنا شاكرين وبالجميل معترفين.

الحياة يجب أن تكون مزيجاً من التأمل والعمل. عندما يفقد الإنسان توازنه النفسي يصبح عرضة لهجمات الهموم وأبخرة الأحزان ووخزات الألم. وإذا ما حاول خرق قوانين الصحة

والبحبوحة والحكمة فإنه سيعاني لا محالة من المرض والفقر والجهل.

يجب أن نحتفظ بسرائرنا نقية ودوافعنا نظيفة وأن نتصرف بكيفية تجلب لنا السلام النفسي، وألا نسمح لظروف الحياة بتعكير صفونا وتدمير سعادتنا.

القلوب المحزونة والخواطر المكسورة تجذبني إليها مهما كانت بعيدة.

وسّع حدود مملكة محبتك المتوهجة لتشمل تدريجياَ أسرتك، وجيرانك، ومجتمعك، وبلدك، وكل البلدان والمخلوقات الواعية.

كما ينبغي أن نقوّي الفكر وأن نرفض حمل عبء الضعف العقلي والخلقي الموروث من سنين وأجيال. هذه الشوائب ينبغي حرقها في نيران التصميم الجديد والعمل المفيد. وبهذا التوجّه البنّاء يتمكن الراغب الجاد من بلوغ آفاق التحرر والحرية.

اعمل على تفعيل القوة اللامتناهية الموجودة في داخلك كي تتمكن من أداء دورك المرموق على مسرح الحياة.

حالما يشرع الإنسان بعبادة الممتلكات والمال والشهرة وأي شيء آخر ما عدا الله تكون التعاسة من نصيبه. الذين يحصرون جل اهتمامهم في تلك الأمور هم بالحقيقة يعبدونها ولذلك لا يقتربون من الله بل يبتعدون عنه. أما الذين يتفكرون في الله ويتأملون عليه ويناجونه في ضمائرهم فيقتربون منه ويشعرون بفرح باطني لتواصلهم الصامت معه.

الله وحده قادرٌ على تحقيق أحلام وآمال الإنسان في الحصول على سعادة دائمة. ولذلك يجب عدم السماح لأي شيء بأن يحتل مكان الله في القلب.

هناك رموز مقدسة قد تساعد المريد على تذكر الله والتقرب منه. ولكن إن راح الإنسان يعبد تلك الرموز فيصبح ضررها أكثر من نفعها. العبادة يجب عدم توجيهها إلا لله لأن لا شيء غيره يستحق العبادة.

مهما كانت طبيعة العبادات الطقسية فإنها مقبولة عند الرب ما دام المتعبد يؤديها بوعي روحي وشوق لله. لكن الكثير

من الناس لا يدركون جوهر العبادة فيتحولون بأفكارهم وقلوبهم من الله إلى الطقوس فلا يستفيدون كثيراً من عبادتهم تلك.

المتعبدون الصادقون لا يسمحون لوعيهم بأن ينحصر في أية صورة أو شكل، لكنهم يركزون بأعمق محبة وانتباه تام على الروح الإلهي خلف كل الصور والأشكال.

الله مطلق لا نهائي ولا يمكن لأية صورة أو تمثال احتوائه.

يمكن القول أن الله يَظهرُ في كل من يحبَّه محبة خالصة ويتوافق معه لأنه حاضر في كل مكان ولذلك فهو حاضر في الجميع. لكن ليس لكل واحد القدرة على إظهار الحضور الإلهي. الشمس تسطع بنفس المقدار على قطعتي الفحم والألماس، لكن الألماسة تستقبل نور الشمس وتعكسه، بينما الفحمة لا تستطيع ذلك.

وبالمثل فإن كل الناس يعومون في نور الله ولكن قلة قليلة باستطاعتهم استقبال ذلك النور وإظهاره في أفكارهم وأعمالهم. ولكي يفعلوا ذلك يجب أن يطهروا أنفسهم بالتأمل وباتباع التعاليم والوصايا الإلهية.

عندما نتلفظ باسم الجلالة يجب أن نكون على دراية وجدانية وثيقة بما نقوله. لو استطعتَ أن تنفذ إلى أفكار الناس أثناء صلاتهم لوجدت أن معظمهم يفكرون بكل شيء آخر ما عدا الله، مع أنهم يتلفظون بإسمه! فصلاة من هذا النوع عقيمة وبلا قيمة.

عندما نصلي يجب أن نبذل قصارى جهدنا كي نحصر كل ذهننا في الله بدلا من ترديد إسمه المبارك وفي نفس الوقت نسمح لأفكارنا بأن تحوم حول أشياء أخرى. لقد كانت إحدى عماتي تردد صلواتها على السبحة وكانت السبحة نادراً ما تفارق يدها. لكنها اعترفت لي ذات يوم بأنها بالرغم من ممارسة عادة الصلاة تلك لأربعين سنة بطولها لم يستجب الله لصلواتها. لا عجب! فإن "صلواتها" لم تكن سوى عادة عصبية ليس إلا.

عندما نصلي يجب ألا نفكر بأي شيء آخر سوى الله. ويجب أن نعمل ما بوسعنا لأن نكون صادقين في عبادتنا مخلصين في دعائنا. لا بأس من استخدام السبحات والتلفظ الدائم بإسم الله

عندما تكون الممارسة نابعة من القلب ومدعومة بالإخلاص وتركيز الذهن. ولكن هذه الممارسة قد تصبح آلية مع الأيام.

يجب أن نهمس إسم الله في قلوبنا على سبحة الشوق والحب الإلهي، وتلك هي العبادة الفعلية التي تلامس قلب الله. التلفظ باسم الله بشعور بارد وفكر شارد هو تجديف على المقدسات واستهتار بها. عندما يصلي المرء يجب أن يمتلئ قلبه وعقله بحب الله.

يا رب، أنت نجم القطب الرباني الذي به تستهدي أفكاري التائهة في بحر التجارب والمحن الهائج المتلاطم.

إن التدرّب على تركيز العقل بالرياضة اليوغية العليا يساعد على التقرب من الله المصدر الأسمى ذي البهاء والسناء مثلما يساعد على التفكير بالله والتواصل معه.

الحاجة تمس إلى تخصيص يوم من أيام الأسبوع للخلوة الروحية (إن أمكن) قصد التفكير بالله والاستمتاع بالسكينة حيث السلام والراحة النفسية. إن وقتاً تصرفه على هذا النحو سيكون بلسماً شافياً للمتاعب والمضايقات التي تمر بها خلال باقي أيام الأسبوع.

كل واحد يحتاج إلى قضاء يوم واحد من كل أسبوع في الخلوة أو "المستشفى الروحي" كي يبرأ من جروحه وآلامه النفسية. عندما يصبح ذلك اليوم يومَ سلام وفرح ورضاء ستنتظره بشوق من أسبوع لآخر.

الخلوة هي ثمن العظمة. وستندهش للنتائج الرائعة التي ستحصل لعقلك وجسمك ونفسك بفضل تلك الخلوة الروحية والتواصل مع روحك ومع الله. إن كنت تصبو للسعادة الحقيقية فيجب أن تغمر نفسك في بحر السلام الإلهي في الصباح الباكر عند الإستيقاظ، وأيضاً قبل النوم ليلا.

إن حكماء الهند ينصحون ليس بيوم واحد للخلوة وحسب، بل يؤكدون الحاجة للتأمل الهادئ خلال أربع فترات محددة في اليوم. عند الفجر، وقبل النهوض ورؤية أي إنسان، يجب الاستمتاع بالهدوء والإحساس بالسلام. وعند الظهيرة يجب تهدئة الفكر قبل تناول طعام الغداء، وكذلك الاستمتاع بقسط آخر من

السلام قبل تناول وجبة العشاء، وقبل الذهاب للفراش ليلا يجب الدخول في حالة السلام ثانية.

الذين يراعون الصمت بدقة أثناء الخلوة وخلال هذه الفترات اليومية الأربع لا بد وأن يشعروا بتناغم مع الله. ومن لا يستطيع مراعاة كل هذه الفترات فيجب أن يكرّس فترتيّ الصباح والليل على الأقل. وبفعل ذلك ستتبدل حياته نحو الأفضل وسيشعر بالسعادة، والتجربة خير برهان.

إن بقيتَ تكتب شيكات وتوقع عليها دون إيداع ما يكفي من رصيد لتغطية حسابك المصرفي فسينفد ما لديك من مال. وهذا ينطبق أيضاً على حياتك. فبدون الودائع المنتظمة من السلام في حساب حياتك ستـُصرف قدرتك وتنفد سكينتك وتتبخر سعادتك. وباختصار ستعاني في النهاية من الإفلاس العاطفي والعقلي والجسدي والروحي. لكن التأمل اليومي العميق على الله سيعوّض النقص في حسابك النفسي.

المريد الراغب يتأمل كل يوم ويناجي الله بكل ما في قلبه من حب وحنين متودداً إليه كي يظهر ذاته له. إن كنت من عشاق الله وتتشوق لملامسة حضوره فيجب أن تغمر عقلك وجسمك بسلامه وستبتسم لك الحياة وتتحسن أمورك من نواح عديدة.

الشخص الهادئ نادراً ما يرتكب خطأً، وينجح حيث يفشل الآلاف غيره.

الذين لا يفكرون بالله ولا يهتمون به يصابون بالكآبة والنكد. يصبحون عصبيين ويتحولون إلى آلات متحركة.

ستشرق شمس الحكمة والسلام في سماء السكون وستغمر كيانك بأشعتها الشافية ما دمت تبذل مجهوداً روحياً وتمنح المقام الأول لله في قلبك.

إن قمراً واحداً ينشر نوراً أكثر من كل النجوم. والشمس [التي تبدو] صغيرة تطرد الظلام من مجال أكبر منها بملايين المرات. وبالمثل، فإن إنساناً طيباً.. لمجرد وجوده في العالم يُطْلق ذبذبات تتصدى لِكَمٍ كبير من الاهتزازات الصادرة عن الأشخاص الشريرين وتُبطِل مفعولها.

يوم التأمل يجب أن يكون أيضاً يوم راحة نفسية وجسدية وتنمية السلام المقدس. وكل نشاط يثمر حكمة وسلاماً هو نشاط مبارك في ذلك اليوم.

أما بخصوص إكرام الوالدين فالكتب السماوية أوصت بهما خيراً: "أكرم أباك وأمك" "وبالوالدين إحسانا".

الأب والأم البشريان ينبغي تكريمهما كممثلين لله الذي زودهما بموهبته لخلق الإنسان. الأم هي محبة الله النقية المجسّدة لأن الأم المُحبة تصفح حيث لا يسامح أحد. والأب هو مظهر الحكمة لله والحماية لعياله.

يجب أن لا يحب الإنسان أباه وأمه بمعزل عن الله، بل كمظهر لحبه ذي الحماية والحكمة. إن الروح الإلهي الفائق يصبح الأب والأم كي يساعد الطفل، لذلك يجب إكرامه في الوالدين.

كما توصينا الكتب المقدسة بعدم القتل رغبة في القتل، لأن المرء يصبح عندئذ قاتلاً. يجب أن لا يسلب الإنسان حياة إنسان آخر في لحظة انفعال عاطفي عنيف. ولكن إن تعرّض أحباؤه للخطر فيجب أن يقاتل من أجل حماية الذين منحهم الله له، إذ للإنسان واجب مقدس للدفاع عن أسرته وبلاده.

وبخصوص التحذير من الزنا، فالغرض المثالي من الإتحاد الجنسي يجب أن يكون إنجاب أطفال مخلوقين على صورة الله، والإعراب عن الحب النقي الذي يشعر به شريكا الزواج اللذان يبصران الله في أحدهما الآخر. أما الذين يعيشون على المستوى الجسدي وحسب، دون أي اعتبار للحب الحقيقي أو الهدف السامي الذي من أجله خلق الشعور الجنسي فيرتكبون الزنا بحسب هذه الوصية. ففي هذه الحال لا يفترق الإنسان عن الحيوان الذي يقضي شهوته الجنسية ويمضي في حال سبيله.

لقد خلق الله هذا الدافع الخلاق في الرجل والمرأة للإنسال والتعبير عن الحب الحقيقي المتبادل في الحياة الزوجية ولا ينبغي إساءة استعماله بخلاف ذلك بل تحويله إلى نشاط ومعرفة مقدسة.

إن استطعت التحكم بالقوة الجنسية وتوزيعها في كيانك ستتمكن من تنمية قدرات عقلية عظيمة للكتابة والرسم أو للإفصاح عن مواهب كامنة في طرق أخرى لا تحصى.

وإذ تتمكن في نهاية المطاف من ضبط النشاط الخلاق وتحويله روحياً ستشعر بسلام عظيم وحب كبير وغبطة روحية متزايدة.

فالقديسون والأقطاب الروحيون الذين حولوا نشاطهم الجنسي تحويلا روحيا هم جبابرة قادرون على القيام بإنجازات مدهشة ومذهلة في العالم وفي البحث الباطني عن الحق.

وهكذا فإن أسمى استخدام للدافع الجنسي هو تصعيد قوّته أي تحويل طاقته إلى هدف أسمى من أجل إظهار الحكمة والأفكار السامية والمثل الروحية. يجب أن لا يتلذذ الإنسان بالأفكار الجنسية أو يشتهي جنسياً ما هو محرّم عليه. وعندما يحرز هذا النوع من ضبط النفس سينظر نظرة سليمة إلى الجماع وغرضه السامي.

إن الإستعباد للأمور الجنسية يعني فقدان الصحة وضبط النفس والسلام الفكري، وباختصار كل مقومات السعادة التي يحتاج لها الإنسان.

كما تهيب بنا الكتب المقدسة بألا نسرق. فلو كانت هناك جماعة مؤلفة من ألف شخص وكل واحد راح يسرق من الآخر لكان لكل واحد 999 عدواً. لهذا يجب ألا يتعدى الشخص على حقوق غيره وأن لا ينتزع منهم أرضهم أو سلامهم أو محبتهم أو كرامتهم أو أياً من ممتلكاتهم المادية والمعنوية. إن لم تشعر بالرغبة في أخذ ما ليس لك فالذي تحتاجه أو ترغب فيه سيأتيك. السرقة تتولد أولاً في الفكر عندما يبدأ الشخص بحسد الآخرين. يجب نزع بذور المشتهيات الخبيثة من الفكر. الإيثار الروحي هو الطريق.. عندها سيجتذب الشخص البحبوحة تلقائياً وتتوارد عليه الخيرات من حيث يدري ولا يدري. إنه قانون إلهي لا يخطئ. أما السارقون والأنانيون فيلهثون طوال عمرهم وراء المادة وعيونهم دوماً على ما بحوزة الآخرين، حتى ولو كانت خزائنهم ملأى بالذهب.

وما لم يتم التخلي عن الأنانية المادية لا يمكن أن يعرف العالم السعادة.

تأتي السعادة فقط بالتعاون الروحي. عندما يحس الشخص باحتياجات الغير كما لو كانت احتياجاته الخاصة ويعمل من أجل الآخرين كما يعمل من أجل نفسه.

وهناك وصية أخرى هامة وهي عدم الشهادة بالزور. فإلحاق الضرر بأي إنسان من قبيل تشويه الحقيقة هو أسلوب آخر لتمزيق السعادة الإجتماعية. إن كان الإنسان يرغب في أن يُعامَل معاملة حسنة فينبغي أن يعامِل الآخرين بنفس الكيفية. يجب قول الحق دائماً إنما يجب التمييز بين قول الحقيقة وإدراج الوقائع. فالإشارة إلى شخص ما بأنه أعرج أو أعمى هي إشارة مؤلمة ولا خير فيها، إذ ينبغي مراعاة مشاعر الآخرين ومحاولة عدم إحراجهم. كما أن الإخبار بحقيقة من شأنها خيانة شخص آخر دونما غاية شريفة هو خطأ أيضاً. من ناحية أخرى يجب ألا يكذب الشخص تجنباً لقول الصدق، بل بإمكانه أن يلتزم الصمت حيال بعض المواقف لئلا يحرج الآخرين أو يلحق الأذى بهم.

ويجب أن يحترس الشخص من الحسد الذي هو مرض أكال ينهش سلام الروح نهشاً. كلما اشتهى المرء ما للآخرين كلما زادت تعاسته وتضاعف شقاؤه. الحاسد يمضي حياته منغصاً لا يعرف لراحة البال طعماً. الأحرى به أن يحترم نفسه ويعتمد عليها وأن يطلب الثراء الروحي داخل نفسه.

كرامة المرء وقيمته الذاتية هما أعظم بكثير من أي شيء يتوق إليه ويرغب في الحصول عليه. إن الله ظاهر في كل إنسان بكيفية غير ظاهرة في أي كائن بشري آخر. فوجهه ليس كوجه أي إنسان آخر، ونفسه ليست كنفس أي إنسان آخر.. لأنه داخل نفسه يكمن أعظم كنوز الكون على الإطلاق.. وذلك الكنز الأعظم هو الله.

نريد أن تشع حياتنا وتزدهر بالأعمال الطيبة، وأن تكون معطّرة بالبهجة والهناء، وأن نحيا دوماً في ذاكرة الذين يقدروننا.

عندما يمتلك الإنسان الإيمان الصحيح ويعمل بموجبه يكون أكثر سعادة من أولئك الذين يعوزهم الإيمان ولا يقومون بأداء الواجبات المترتبة عليهم في معركة الحياة.

فالإيمان السليم والعمل الصحيح (المدعوم بالدوافع النبيلة والنوايا الطيبة) موجودان دائماً وأبداً حيثما وجدت السعادة

ومفقودان بفقدانها. من هنا يمكننا الإستنتاج أنهما شرطان أساسيان للسعادة التي لا يمكن تحصيلها بدونهما. فليس على الراغبين في امتلاك السعادة إلا امتلاك هذين العنصرين الأساسيين اللذين هما ركنا السعادة ودعامتاها.

لا يستطيع الإنسان أن يتحكم – على هواه – بمكونات الكون اللامتناهية، أو تعديلها أو محوها.. فتلك المكونات ترتبط خيوطها الدقيقة ارتباطاً وثيقاً بنسيج حياته ولا يمكن له العمل بمعزل عنها. لكن باستطاعته أن يتحكم بعقله بحيث يتأقلم معها فلا تلحق به الأذى.

أسلافنا كانوا أكثر سعادة منا ليس لأنهم امتلكوا من الأشياء والمتع الدنيوية أكثر مما نمتلكه الآن، أو لأنهم كانوا أقل عرضة لمشاكل الحياة، بل لأنهم امتلكوا التوازن النفسي الذي منحهم الراحة والسلام والقناعة وباختصار.. السعادة.

لم يعتمدوا على ظروف خارجية لإسعادهم، ولم يستسلموا لظروف خارجية من شأنها أن تفقدهم سعادتهم. فشعورهم بالراحة والسلام والسعادة والرضى كان شعوراً اعتيادياً، طبيعياً، صحياً ومستداماً. ونحن أيضاً ينبغي أن ننمي ذلك الشعور فيما إذا رغبنا بامتلاك السعادة. ومن منا لا يرغب بامتلاكها؟

القدَر هو نتيجة ممارسة سابقة للإرادة الحرة أو حرية الإختيار. فبممارساتنا الماضية لحرية الإرادة جلبنا ونجلب على أنفسنا القضاء والقدر. لكننا لسنا مكبلين بالماضي ولسنا مقيدين بنتائج أعمالنا إلى الأبد، إذ بإمكاننا أن نقتلع ما زرعناه ونمحو ما كتبناه إن نحن رغبنا بذلك وعملنا جاهدين على تصحيح المسار وتحسين نوعية الثمار.

فإن قضينا على بذور الأفعال ذات النتائج المؤلمة وغرسنا بدلاً منها بذورا أكثر ملاءمة لطبيعة النفس فلا بد أن نجني ثمار السعادة من تلك البذور الصالحة المستنبتة في تربة النفس. لا بد لنا من ممارسة الإرادة الحرة الآن، الآن وليس غدا، إن نحن رغبنا بتحصيل مقدار أكبر من السعادة أو بتقليل المعاناة والألم.

وعليه فإن شروط السعادة كامنة في ذات الإنسان وما عليه إلا أن يتعامل بجدية مع تلك المعادلة التي لا تخطئ وستكون النتائج لصالحه إن هو أحسن التقدير والتعامل.

يا رب، ليتشبع كياني بحيويتك، وقلبي بحضورك المؤنس العطوف، وعقلي بحكمتك، ولتمتلئ روحي بوعيك الإلهي.

في تربة قلوبكم تنمو بذور المحبة. اسقوا تلك البذور بمياه الحب الشامل والتعاطف العالمي.

إن قدرة العقل غير محدودة... وبناء عليه، إن فكرت بعمقٍ كافٍ في أي موضوع سيأتيك الجواب على أي سؤال يتعلق بذلك الموضوع.

إن كرّس الشخص كل أعماله ونشاطاته لخدمة الآخرين وأنجزها بنفسية رضية فإنها بالفعل تستحق الإعتبار ويستحق عليها الشكر.

يجب ألا نكون وحيدي الجانب.. بل ينبغي موازنة فعالياتنا وإعطاء أعمالنا وواجباتنا الأولوية، بحسب أهمية كل منها..

الواجب هو ذلك العمل الذي يقوم به الإنسان بفرح وليس بدافع الكسب المادي، والواجب الروحي والخلقي يجب أن يأتيا في المقام الأول في الحياة.

لدى كل إنسان قدرات كامنة لم يستثمرها بعد. ولديه كل القوى التي يحتاج إليها. العقل بحد ذاته هو قوة عظمى.. ويجب تحريره من العادات والمفاهيم المقيدة البالية.

إن تأثير الكواكب والنجوم على حياة البشر ناجم عن القوى المتداخلة من جذب ودفع بين الكواكب وأجسام البشر.

الأفكار الشريرة تقود صاحبها إلى بيئة شريرة كي يعبّر عن ذاته حسبما يشتهي ويريد. لكن الإنسان يمكنه تغيير فكره ووعيه بقوة الإرادة، ويمكنه بالتالي تغيير بيئته. أما إن بقي الشخص في بيئة شريرة لفترة طويلة فإن تلك البيئة تبدأ بالتأثير عليه بصورة لاشعورية. ومع مرور الأيام يخسر بالمرة حريته في اختيار بيئة سليمة وصحية ويصبح رهن المؤثرات السلبية للبيئة السيئة. أما صاحب الإرادة القوية فيتوافق مع الله.

طاقة العقل المركزة

عندما تقوم بتركيز أشعة الشمس من خلال عدسة مكبّرة على نقطة صغيرة فإنها تنتج حرارة وتلك الحرارة يمكنها إشعال الخشب والقماش والورق وغير ذلك. وبالمثل، عندما تركز العقل تركيزاً دقيقاً يمكن لطاقته المركزة أن تحرق جذور الشك علة كل فشل وتجعل نور الحكمة يسطع بوهج وتألق.

عندما يتناغم الفكر مع الله منبع كل الخيرات ومصدر كل القوى المباركة يصبح على دراية بالحضور الإلهي ويمتلك كل مقومات النجاح. تلك المقومات هي وثيقة الصلة بقوة الله الجبارة القادرة على خلق أسباب جديدة للنجاح في أي مضمار.

المتاعب والمضايقات تحدث بسبب عدم دراية الإنسان بأعماله الماضية التي قام بها في مكان ما وفي زمن ما. فمعاناته الحالية ناجمة عن أفكار وأفعال صدرت عنه فتجسّدت بذوراً تغلغلت في تربة الوعي فأنبتت نبتاً وأخرجت ثمراً له نفس مواصفات الأفكار التي أطلقها والأفعال التي قام بها.

المحن والبلايا لا تأتي لتحطم الإنسان وتشلّ إرادته، بل لتجعله يقدّر الله حق قدره ويحترم قوانينه التي من خلالها يمكنه الحصول على السعادة الحقيقية. الله لا يرسل تلك التجارب القاسية لأنها من صنع الإنسان في المقام الأول. وما على الإنسان إلا إيقاظ وعيه من سبات الغفلة وابتعاثه من ظلمة الجهل إلى نور المعرفة.

في معظم الأحيان تعدنا الحواس بقليل من المسرات الوقتية الزائلة لكنها تمنحنا في النهاية آلاماً ومعاناة طويلة. أما الفضيلة والسعادة الحقة فلا تعِداننا بالكثير، لكن في النهاية تمنحاننا فرحاً نقياً ودائماً. لهذا السبب أعتبر السعادة الباطنية الدائمة فرحاً والملذات الحسية المؤقتة متعاً.

عندما تنظر للشمس على بعد ملايين الأميال في الفضاء، فإن ذلك النجم الهائل يبدو أصغر بكثير من أرضنا

ومع ذلك فإن قطر الأرض هو 7900 ميلا على وجه التقريب، وقطر الشمس يفوق قطر الأرض بمائة مرة أو أكثر. فلو تمكنت من وضع كوكبنا الأرضي بمحاذاة الشمس لظهرت الأرض كنقطة صغيرة مقارنة بالشمس

ولنفرض أن المجال الشمسي الجبار آخذ في التمدد والاتساع حتى تبتلع كتلته العملاقة السماء الزرقاء برمتها، فالسماء التي نراها هي ليست سوى جزء صغير بل ذرة دقيقة من الفضاء الذي يتخلل الكون اللا متناهي

ولو واصلتْ الشمس اتساعها وتمددها في الفضاء إلى ما لا انتهاء، لما تمكنت مع ذلك من الإحاطة باللانهاية

إن الوهم الكوني للصغر والتناهي يحد ويصد العقل عن إدراك ذلك الاتساع الكوني

ومن أين أتى هذا الفراغ المطلق، وأين هي حدوده؟

إن الذي لا يخضع للأبعاد والمقاييس ولا حد له ولا منشأ هو الله الكلي الحضور والموجود في أقصى أقاصي الفضاء. إنه في النجوم البعيدة النائية مثلما هو موجود في داخلك وداخلي، وهو على دراية واعية بكل حيّز يشغله، مهما كان صغيرا أو كبيرا

الماضي مجهول لمعظم البشر باستثناء قلة قليلة من المستنيرين. ومع ذلك فإن جهلنا بالماضي هو أيضاً لصالحنا. فلو عرفنا كل ما فعلناه في هذه الحياة وفي حيوات سابقة لهذا التجسد لصُعقنا للتراكمات الهائلة ولأصبنا بالذهول ، بل ولربما أصيبت إرادتنا بالشلل التام من هول المفاجأة فنعجز عن مواصلة السعي ونقع فريسة الإحباط. وحتى في هذه الحياة الدنيا فإن النسيان نعمة من نعم الله، فلا تطغى على فكرنا وشعورنا تذكارات الماضي، لا سيما المُرة والأليمة منها لكن لحسن الحظ فإن الشرارة الإلهية بنا دائمة التألق بالأمل وبالرغبة في مواصلة مسيرة الحياة التي لا تتوقف. ويجب أن نشكر الله على هاتين النعمتين: نسيان الماضي والأمل بالمستقبل.

يجب ألا نستنتج أن القدر يضع عوائقَ أمام حرية الإرادة، ومع ذلك علينا أن نبذل قصارى جهدنا لمقاومة المؤثرات السلبية التي يعزوها معظم الناس إلى القضاء والقدر، وممارسة حرية الإختيار بحسب قناعاتنا الباطنية شرط أن تكون تلك القناعات قائمة على الإيمان الصحيح ومرتكزة على القوانين الإلهية التي لا يمكن للإنسان أن يتذوق طعم السعادة الحقيقة دون مراعاتها والعمل بموجبها

عندما نشرع في عمل ما ينبغي ألّا نرهب الظروف المعاكسة، بل يجب أن نكون متفائلين إلى أقصى حدود التفاؤل، مع إيمان مطلق بأن لا شيء يمكن أن يقف عائقاً في سبيل تمرين الإرادة وممارسة حرية الإختيار.

غالباً ما يشبه الإنسان ورقة شجر طافية على صفحة النهر، وعليه أن ينتشل نفسه من تيار العادات الآلية المنطلق به نحو شلالات الوهم والتدمير. معظم الناس يبدو أنهم لا يكترثون بل يسمحون لأنفسهم بالانجراف مع التيار.

إن لم ننجح في تحقيق مبتغانا فلا بأس من الإعتراف الضمني أن هناك أموراً معاكسة من صنع أيدينا حالت دون بلوغ الهدف، ولا بد من المثابرة ومضاعفة المجهود لبلوغ الغاية المنشودة. كما يجب أن نؤكد لأنفسنا أنه مهما كانت العوائق والعقبات قوية وعاتية لا زلنا نملك ما يكفي من القوة لإزاحة تلك العوائق والتغلب على تلك العقبات. وحتى إن أخفقنا بالرغم من كل المحاولات، فلا داعي للقنوط والإحباط ما دمنا ندرك أن إرادة الإنسان أقوى من قدره الذي هو من صنع يديه، ولذلك يجب أن لا يكف عن المحاولة مهما فشل في مسعاه لأن هناك أبواباً مفتوحة دائماً وأبدا وما علينا إلا أن نواصل السعي ونكرر المحاولة حتى يكتب لنا النجاح. فالله يمدنا بالعون ما دمنا نتوكل

عليه ونبذل المجهود اللازم. [فمن سار على الدرب وصل، وما خاب من على الله اتكل].

عندما يرغب الشخص بشيء ما وتكون رغبته لذلك الشيء قوية وملحّة فإن تلك الرغبة لا تفارق وعيه أينما ذهب وحيثما توجه مهما كانت شواغله ومشاغله. وبعملها الدائم والحثيث، تمتلك تلك الرغبة عزماً وطاقة هائلين، وهذا الهمس الفكري هو أقوى وأكثر فعالية من الابتهال الآلي الذي لا يتعدى تحريك الشفتين. وهكذا يفعل محبو الله.. فهم يهمسون حبهم لله دون انقطاع وتظل همساتهم قلبية غير مسموعة خلال كل نشاطاتهم اليومية. هذا الهمس الوجداني لا يشغلهم ولا يتعارض مع واجباتهم الأخرى. وإذ تتعاظم رغبتهم في الله يقوى حبهم له ويزداد عمقاً فيلامسون حضوره ويبصرون بعين الروح نوره فيتذوقون غبطة عارمة ويشعرون بسلام يفوق حد الوصف.

إن الله يرسل لنا الدروس التي نحتاجها في الحياة كي نستفيد منها ونكتسب فهماً وخبرة ومن يتهرب من تلك الدروس سيضطر لأن يتعلمها مهما طال الزمن.

كل اختبار هو صديق إن تعلمنا منه وهو طاغية مستبد إن فرطنا في الفرصة المتاحة وأسأنا استخدامها بالتذمر والإستياء وسوء التقدير.

عندما نمتلك الفهم السليم والموقف الصحيح تجاه الحياة فإنها تصبح جميلة وخالية من التعقيد.

-

حالات نفسية

لا يستطيع الشخص أن يظل طوال الوقت محمولاً على موج البهجة أو مغموراً تحت مياه الحزن المضطربة أو غارقاً في لجج الضجر. ففي هذا العالم الذي يتميز بالثنائيات المتصارعة، يخضع الشخص العادي للتقلبات صعوداً وهبوطاً.. يرتفع على موج الفرح ويغوص إلى أغوار اللامبالاة وتشقلبه أمواج عاتية من الحزن.. ونادراً ما يعرف حالة أخرى من حالات الوعي.

السماح للظروف بأن تتقاذف الفكر على هذا النحو يعني استسلام الإرادة لقدَر نزوي متقلب الأطوار. ما يحتاجه الإنسان كي يحيا حياة ناجحة ومُرضية هو امتلاك الإتزان العقلي وهذا يمكن تحقيقه فقط بتركيز الذهن والسيطرة على الملكات النفسية.

حتى أشد الأحزان يشفيها الزمن، فلا فائدة من استحضار الحزن في كل يوم من أيام حياتنا. إن الحزن المستدام على عزيز مفارق لا يساعده ولا يساعدنا ولا يغير من الواقع شيئاً. كما أن تنمية عقدة النقص أو معاقبة الذات على أخطاء أو إخفاقات ماضية لا يجدي نفعاً بل يجعل الحياة تعيسة بائسة ويشل القدرات العقلية.

يجب أن لا نسمح لأنفسنا بالسقوط في حفر الروتين الممل لأن تلك حالة نفسية أبعد ما تكون عن الراحة كونها تقلق الفكر وتحرق القدرات الكامنة في أتون اللامبالاة.

يجب اجتثاث الفشل من الجذور وحرث حقول الحياة بهمة وعزيمة وزرعها ببذور الخير من أجل جني محصول وفير بعون الله.

اعمل شيئاً لم يعمله أحد قبلك.. شيئاً يبهر العالم. أظهِر أن قوة الله الخلاقة تعمل من خلالك.

ذوو الطباع الهادئة والطبائع النبيلة يساعدون على جعل أفكارنا مغناطيسية وصحية. ليس صعباً تحديد ما إذا كان الشخص يستمد غذاءه الفكري من بيئة مسالمة أو مشاكسة. فالقلق النفسي والإضطراب والتشويش.. كلها تنجم عن مخالطة النوع المغلوط من الناس، سواء من أصدقاء أو أقرباء، مما يتسبب في أفكار قلقة ومزاج معكر.

الجسم يستمد الطاقة والنشاط من الأغذية المادية، في حين تقوم الأغذية المغناطيسية بإمداد الجسم والعقل معاً بشحنات من الطاقة أسهل هضماً من الأطعمة الجامدة والسائلة التي لا يمكن تحويلها بسهولة إلى طاقة حية.

عندما تتمكن من تحويل الجهل إلى حكمة والضعف والوهن إلى صحة وحيوية.. والسير بثقة وجرأة – ولو بمفردك - على دروب الحياة.. والإبتهاج الباطني لامتلاكك ضميراً حياً ويقظاً.. والإيمان القاطع بعدل الله وبانتصار الحق على الباطل والحقيقة على الوهم .. وعندما تحاول كل يوم إطلاق أفكارك نحو مستويات أرق وأرقى.. وتمتلك قلباً محباً وشكوراً ونوايا طيبة نحو الآخر.. يكون غذاؤك الفكري مغناطيسياً وستجذب إليك عندئذٍ كل ما هو جميل ونافع من أشياء وأشخاص وظروف تمس لها الحاجة في مواصلة المسيرة نحو شواطئ الأمن وبر الأمان. وليس آخراً عندما تبذل المجهود لتحصيل ما تحتاجه وتقنع بما

ييسره الله لك تكون أغنى نفساً وأكثر رضاءً من المتهالكين على الدنيا.. الطامعين في حطامها.

التعاطف الغيري هو الجسر الذي يربط كل نفس بالنفوس الأخرى. التعاطف هو المدخل إلى كل القلوب

عندما يطلب الإنسانُ الله الذي هو الصديق الأوحد خلف كل الأصدقاء يصبح بالإمكان ترسيخ الصداقة الصادقة في كافة العلاقات البشرية العائلية والأخوية والزوجية والروحية. الصداقة عنصر حيوي في العلاقات الزوجية ويجب أن تكون الأولوية للتقارب الفكري والوجداني والإحساس بالجاذبية المعنوية والحب الحقيقي والصداقة. الذين لا يميزون ما بين الحب الحقيقي والجاذبية الحسية يخيب أملهم المرة تلو الأخرى.

عندما يؤسَّس الزواج على مُثل راقية واحترام متبادل يصبح اتحاداً سعيداً وموفقاً بين روحين متحابين ومتعاونين على تخفيف أعباء الحياة عن بعضهما وتبديد هموم العيش بالتعاطف والفهم الودي المشترك.

لا يمكن لأحد أن يسيّرني أو يسلبني إرادتي ما لم أسمح لأفكار الآخرين وأفعالهم بالتأثير عليّ.

إن حصرت تفكيرك في المادة سترى كل شيء من منظور مادي. ولكن حالما ترفع وعيك إلى حالة الإدراك الروحي ستبصر التيار المحيطي لنور الله متدفقاً خلف كل المادة، وسترى كل شيء من منظور الروح.

يا رب، إنني أدرك أن أمامي فرصة لا متناهية لاستكشاف قدراتي ومعرفة إمكاناتي الروحية. اليوم سأشحن أفكاري بجرعة من التفاؤل وسأفصُل ذاتي عن الإختبارات غير المستحبة..

وسأمارس ما من شأنه أن ينمي الجسم والعقل والروح على نحو متوازن ومتسق.

سأستبدل التعلقات المادية بالطموحات العليا
وسأدرك أن الروح الأمين معي على الدوام

إن رقصة الحياة والموت متواصلة على الدوام، لكنني سأحرر نفسي للأبد بإنقاذ هويتي الروحية.. وعندما تواجهني عواصف التجارب والمحن سأنطلق بقارب روحي عبر بحر الحياة إلى الشواطئ الإلهية الآمنة.

عندما أعمل وأبدع سأتذكر أن الله يعمل من خلالي. إنه سيد الكون ويمكنني التواصل معه بالتأمل العميق عليه.

يا إلهي الحبيب، إنني أدرك أن أفكاري ستجلب لي إما الفشل أو النجاح، اعتماداً على أيهما الفكرة الأقوى في حياتي. وسأحاول أن أتذكر بأنك تمد لي يد العون وتهيئ لي أسباب النجاح.

عندما تحل المصائب والبلايا سأستنهض همتي وأقوّي تصميمي للتغلب عليها. سأنتهج الإخلاص والصدق في معاملتي وتعاملي مع الجميع وسأطلق أفكار المحبة والأماني الطيبة.. عندئذ سيؤيدني الله بقوته وحكمته.

أمراض روحية وعلاجها
المعلم برمهنسا يوغانندا

حاولْ أن تتصور مجموعة من الأشكال البشرية عديمة التناسب والإنسجام:

واحد له رأس صغير بحجم حبة الحمّص وجسم كبير بحجم الجَمل!

آخر له يد جبارة كيد شمشون أو هرقل وجسم كجسم النغاشي أي القزم!

وثالث له رأس فيل ضخم وجسم فأر هزيل!

أفلا يكون ذلك المشهد بالنسبة لك مثيراً للدهشة والإستغراب أو للحزن والأسف فيما لو رأيت فجأة حشداً من تلك المخلوقات ذات التكوين الغريب المتنافر؟!

والآن تصور مجموعة أخرى من أناس طبيعيين من حيث الشكل والمظهر لكنهم مختلّـو التوازن العقلي ومشوهون نفسياً.

ومثلما تحجب الثيابُ الجروحَ والقروحَ وتشوهات بدنية أخرى، هكذا يحجب الجسم القوي المعافى والوجه الصبوح الجميل الكثيرَ من الأمراض النفسية والعيوب الخلقية الخطيرة.

لو قابلتَ حشداً كبيراً من البشر العاديين ممن يتميزون بالمظهر الأنيق والصحة الجيدة.. ولو استطعت النفاذ ببصرك الروحي إلى أجسامهم العقلية فستكون المفاجأة مذهلة وقد يعتريك حزن عميق لما ستكتشفه.

ربما ستلاحظ أجسامهم العقلية على النحو التالي:

العقل بصورة الرأس، الشعور والحواس بصورة جذع الجسم، والإرادة بصورة اليدين والقدمين.. وكلها شاذة وسقيمة ومشوهة.

ستجد أن البعض لديهم رأس دقيق الحجم فيه حكمة منقوصة النمو ومثبت على جسم مترهل ومنتفخ بالطموحات الأنانية والمشتهيات الحسية.

وستجد أيضاً أن للبعض جسماً لا شعور فيه ولا حيوية مع أن له ذراع مقدرةٍ عملية فائقة النمو.

آخرون قد يمتلكون دماغاً كبيراً خلاقاً، لكن جذع التعاطف والإحساس فيهم منكمش و(مقرقد) أي جاف. وهناك أيضاً صنفٌ آخر يمتلك تكويناً طبيعياً من حيث الجسد والرأس لكن أرجل الإرادة وضبط النفس لديهم هي إما واهنة أو مشلولة..

وقائمة الملاحظات تطول.. طال عمركم!

إن مثل هذه التشوهات السيكولوجية التي لا تعد ولا تحصى في الأجسام العقلية الناقصة النمو في بعض الجوانب، والمفرطة النمو في جوانب أخرى هي بالفعل موجودة – بالرغم من كونها متوارية – في الإنسان.. تسبب له آلاماً نفسية وتحول دون إظهاره لمواهبه وقدراته كما ينبغي إظهارها.

التطرق إلى بعض الأمراض السيكولوجية هنا قد يساعد على تحديد العلل الأساسية لكل المشكلات البشرية بحيث تصبح على الأقل معروفة لكل الذين يعانون منها ولو لاشعورياً، ليتسنى لهم الوقوف على طبيعة تلك العيوب وأعراضها وتغلغلها الصامت في النفس، لعلهم بذلك يتمكنون من صد زحفها الماحق للسلام، المدمر للسعادة.

السوداوية الروحية

هذا المرض متفشٍّ بين الخاملين فكرياً وجسدياً بحجة انهماكهم الكبير في الروحيات. هؤلاء المتألمون يهملون الواجبات الكبيرة والصغيرة للحياة المادية تحت شعار خدمة الله، وبذلك يفسحون المجال للشيطان كي يستحوذ عليهم ويوقع بهم أضراراً جسيمة. إنهم يعانون من التشاؤم وعدم التقدير لأي شيء نافع وجميل من حولهم. هذا مرض مُعدٍ، وعلى كل الطامحين الروحيين أن يتحرزوا له ويتحرروا منه بالمحافظة دوماً على دماء نشاطهم ساخنة وجيدة المناعة بالتفكير الإيجابي والنظرة المتفائلة والعمل الصحي المثمر.

عسر الهضم الروحي

هذا يحصل جراء (اللهط) العشوائي أي الإزدراد السريع لكميات كبيرة من الأدوية العقلية الجاهزة المسجلة تحت أسماء برّاقة، والمعروضة على شكل كتب روحية مزيفة ودروس "لأطباء روحيين" متمرسين في فن الدجل والشعوذة.

هذا المرض لا يقتل وحسب الجوع الروحي لمعرفة الحقيقة بل يقضي أيضاً على ملـَكة التمييز بين الصالح والطالح والنافع والضار.

إن الذي يلتهم أفكاراً ثيولوجية لاهوتية باستمرار ويلقم كل ما يقع تحت يديه لن يفرط في الأكل وحسب بل سيستهلك أيضاً

أفكاراً مسمومة مع الأفكار النافعة مما يجلب لنفسه عسر الهضم الفكري وبالتالي الموت الروحي البطيء.

إن الإكثار من الدراسة الطويلة والمتواصلة لشتى الأفكار الروحية والفلسفية، دون تمييز أو دون مجهود لهضمها وتمحيصها بالتجربة الشخصية بغية التأكد من صحتها، يولـّد أخيراً في النفس الشكَّ واللامبالاة وعدم الثقة بكل المبادئ والقوانين الروحية.

الهوى والهوس

المصابون بهذا المرض يحيون حياة ضائعة فاقدة المعنى بسبب امتلاكهم للكثير من المال والوقت ولفقدانهم الهدف والفهم الصحيح للحياة.

هؤلاء منقادون لأهوائهم.. يفعلون كل ما يخطر في بالهم ويحلو لهم. يملأون الحياة بروايات رخيصة تافهة وأفلام مثيرة وتسليات سطحية عديمة الجدوى. هم لا يعرفون أنهم مصابون بهذا المرض الخطير إلى أن يتعرضوا لهزة عنيفة أو لانهيار عصبي، أي بعد أن يكون قد وقع الفأس في الرأس.

الزكام العقلي

هذا المرضى له إسم آخر هو القنوط. لا يدري الشخص متى سيصيبه ويعاني من أعراضه المزعجة مثل اليأس وعدم التسامح وضيق الصدر ونفاد الصبر. والأسوأ من هذا وذاك فإنه يطول أمده وغالباً ما يصاب به ضحاياه ثانية وبسهولة حتى ولو ظنوا أنهم قد تماثلوا للشفاء العاجل.

النزلة النفسية

هذا المرض يحدث بفعل إيواء الهموم الدنيوية المزمنة. المعانون منه عادة ما يغفلون استعمال سلاح إرادتهم وهكذا يخضعون بسلبية وخنوع لمخاوفهم الدائمة بدلا من مواجهتها بجرأة والقضاء عليها في مهدها.

التعلق السيكولوجي الشاذ

ضحايا هذا المرض يصبحون وحيدي الجانب في نشدانهم للسعادة. وإذ يظنون أن السعادة تكمن في تكديس المال أو تحقيق الشهرة أو امتلاك الصحة أو القوة فإنهم يضحّون كل شيء من صحة وسمعة طيبة وسلام فكري وشرف وكرامة على مذبح طموحهم المتأجج. وبعد فوات الأوان يدركون أن الحياة

المتزنة المتمثلة في مراعاة قوانين الطبيعة ونواميس الله، والتوفيق ما بين النشاط والهدوء.. هي وحدها قادرة على جلب السعادة وتحقيق غاية الحياة الشريفة.

المصابون بمرض التعلق السيكولوجي الشاذ تستحوذ على أذهانهم أفكار التوق الجامح فتصبح نظرتهم للحياة منحرفة ومشوهة. مثال على ذلك حقق أحد رجال الأعمال نجاحاً كبيراً وجمع أموالاً طائلة لكنه قبل أن يتمكن من التنعم بماله انهارت أعصابه بسبب الهموم والمخاوف الكبيرة ومات مكسور الخاطر.

آخرون يعتبرون أن كل شيء مباح من أجل تحقيق الغاية. وبسبب هذا التخبط يخطئون هدفهم الفعلي فيعجزون عن تحصيل أدنى قدر من الرضاء حتى ولو امتلكوا تلك الأشياء التي طال تشوقهم إليها، لأن طبيعة الإنسان واسعة متشعبة وتتطلب تنمية متوازنة وعلى كل صعيد.

التشبث الروحي الأعمى

هذا التعصب الشاذ لمعتقدات معينة ينجم عن التمسك بآراء وأفكار محددة دون وضعها على المحك أو على بساط البحث مما يخلق في نفوس المصابين بهذا المرض الغضبَ والعداء لكل فكرة روحية سليمة أو فكر منفتح ومتحرر. وهذا التقوقع يفضي إلى التمرد على نواميس الله المتمثلة في الفعالية العقلية والرفاهية المادية والصحة النفسية والبدنية ومحبة واحترام الناس على اختلاف مشاربهم.

تلقين المبادئ الروحية

كون الأمراض البدنية محسوسة ومؤلمة وكريهة فإنها تستحث بنا المقاومة الفعلية، فنحاول التخلص منها بشتى الطرق العلاجية من تمارين وتغذية صحية وأدوية وعقاقير على اختلافها. لكن الأمراض النفسانية بالرغم من كونها سبب وعلة كل الآلام والمخاوف البشرية لا يتم توقـّيها أو علاجها بالسرعة الكافية، ويُسمح لها بأن تعبث في حياتنا وتعيث بها هدماً وتدميرا.

المربّون وأساتذة الصحة البدنية والواعظون والمصلحون والأطباء والمشرّعون سيتمكنون من دفع عجلة التقدم إلى الأمام

عندما يتعلمون أولاً، بدءاً بأنفسهم، ومن ثم يلقـّنون الآخرين الطرق الصحيحة لتنمية الطبيعة الإنسانية تنمية متوازنة ومتوازية مع قوانين الحياة وأصول العيش الصحيح. تلك هي التربية الفعلية الفاعلة والثقافة البشرية الشاملة التي يحتاج إليها الناس في كل بقعة من العالم.

المؤسسات التربوية تعتبر أنه من المستحيل تلقين الأساسيات الروحية في المدارس العامة بسبب الخلط بين تلك الأصول وشتى المذاهب الدينية المختلفة. ولكن لو ركزت تلك المؤسسات على المبادئ العالمية للسلام والمحبة والخدمة والإيمان وسعة الأفق وقبول الآخر التي هي ثوابت روحية راسخة، ولو استنبطت أساليب عملية لغرس بذور تلك الأصول في التربة الخصبة لعقول الأطفال ونفوسهم لتم التوصل إلى حل معقول ومقبول لتلك الصعوبة المزعومة والموهومة. إنه لخطأ كبير أن يتم تجاهل هذه المسألة بسبب الصعوبات الظاهرة التي تقترن بها.

معظم خريجي الكليات يغادرون جامعاتهم برؤوس مثقلة ومنتفخة بمحتويات الكتب بحيث يتعذر عليهم المشي باستقامة على دروب الحياة لأن أرجل إرادتهم وضبط نفسهم قد أصابها الشلل تقريباً بفعل الإهمال وعدم الإستعمال. ولذلك تراهم يتهورون ويتدهورون باندفاعهم الحثيث إلى هاوية الزواج غير المتكافئ وسوء استخدام القوى الجنسية والتلهف على الدينار والدولار والفشل في مجال عملهم لأنهم لم يتعلموا الطريقة الصحيحة لاستعمال سكـّين ذكائهم الحاد المشحوذ أكاديمياً، ونتيجة لذلك يجرحون أيديهم ويلحقون الأذى بأنفسهم.

والغريب أن العديد من الشباب يطيب لهم فعل تلك الأشياء التي تعود عليهم بالضرر والألم في النهاية. هناك من يلجأون للسرقة ولممارسات خاطئة أخرى بل ولأعمال إجرامية دون وازع أو رادع. والذين لا يعملون على الحيلولة دون تفشي الرذيلة في المجتمع يشجعون التصرفات المغلوطة التي يقوم بها البعض. يجب أن يكون كل صاحب ضمير حي وإيمان صادق قدوة حسنة للآخرين من حيث الاستقامة والصدق والكرامة واحترام النفس. المدارس والكليات والجامعات والمؤسسات الإجتماعية

لا تقدّم ما يكفي من طرق علمية للحد من الجريمة بالتخلص من مسبباتها الموجودة أصلاً في الدماغ.

كما يجب إنشاء مدارس خاصة لتلقين فن الحياة السعيدة الناجحة وتنمية إمكانات المرء وتعزيز قدراته الذاتية.

مثل تلك المدارس ستكون بمثابة الحدائق والرياض حيث تنمو نفوس الصغار في أرجائها وتترعرع. والبستانيون (المربّون) يجب انتقاؤهم بعناية والتأكد من حصولهم على تعاون الأهل والمجتمع. هذه المدارس ستساعد على صياغة النفوس بكيفية أفضل. ويجب الأخذ في الإعتبار أن التغذية الروحية للنبتة البشرية في مراحلها الأولى تحدد عافيتها وقدرتها على النمو فيما بعد.

إن أساليب التدريب العقلي والجسدي المتبعة في المدارس العصرية هي ولا شك مفيدة، ولكنها تفتقر إلى ركيزة روحية. وبدون تنمية الأخلاق الفاضلة سيكون النمو ناقصاً.

يجب تلقين علوم التنمية الجسدية والعقلية والروحية للأحداث الذين ما زالت عقولهم غضة مرنة وقواهم غير سالكة بعد في قنوات معينة.

بعد تدريب شامل ينبغي لطلاب تلك المدارس إجراء فحوص تأملية دائمة، وأما الشهادات المكتسبة فستكون عبارة عن صحة جيدة وسمعة حسنة وفعالية وثراء مادي وروحي وسعادة ونجاح وثقة بالنفس.

أما نتائج الإمتحان النهائي في ختام هذه الرحلة الأرضية فسيتم تحديدها بحسب المجموع العام للإنجازات والشهادات العقلية والروحية التي تم إحرازها إبّان الإمتحانات الفرعية طوال فترة العمر.

والمتفوقون في هذا الإمتحان الأكبر الأخير سيحصلون على شهادة مقدسة للإكتفاء الذاتي ..وعلى ضمير حر، نقي ومبتهج..

وعلى بركات منقوشة للأبد على صحيفة النفس.
وهذه الجائزة النادرة لن يعبث بها العث..
ولن تمتد إليها يد اللصوص
أو تمسحها ممحاة الزمن..
وستكون بمثابة جواز سفر

لعضوية الشرف في جماعة الحق.

أين تكمن السعادة؟

إن الله برحمته المطلقة يمنحنا فرحه وإلهامه..

ويمنحنا الحياة الحقيقية..

والحكمة الحقيقية..

والسعادة الحقيقية..

والفهم الحقيقي من خلال كل اختبارات حياتنا المتنوعة.

لكن مجد الله لا يظهر إلا في السكينة الروحية التي تحسها النفس وفي محاولة الفكر الجادة للتناغم معه. هناك نقف وجهاً لوجه مع الحقيقة. في الخارج الأوهام قوية للغاية، وقلائل جداً هم الذين يستطيعون التخلص من تأثير البيئة الخارجية. العالم يستمر بتعقيداته اللامتناهية وتجاربه التي لا تعد ولا تحصى. إن صوت الله يكمن خلف مظاهر الحياة، ينادينا دوماً ويتحدث إلينا من الزهور والكتب المقدسة ومن ضمائرنا، ومن خلال كل الأشياء الجميلة التي تجعل الحياة جديرة بالعيش.

كلما أكثرنا من التركيز على الأشياء الخارجية كلما قلت إمكانية إحساسنا بالمجد الباطني، وكلما توجهنا إلى الداخل كلما قلـّت مصاعبنا الخارجية. إنها معادلة ثابتة لا تتغير. لكن معظم الناس لا يدركون هذه الحقيقة بفعل تأثير الصحبة الدنيوية والمجتمع الذي يعيشون فيه والعادات غير السليمة. المجتمع يُبقي الشخص غارقاً ومنهمكاً في أمور سطحية دون السماح له بالتفكير في حقائق أكثر عمقاً.

وحتى الأماكن الروحية يزورها البعض دون رغبة حقيقية في الإستفادة من جوها المبارك، فلا يستفيدون شيئاً يُذكر من تلك الزيارات.

من يرغب في معاينة الله يبصره في كل مكان. عادات الإنسان السلبية سالبة ناهبة، مفترسة ضارية، تهدم وتتلف وتمحق وتبيد. لقد آن الأوان كي يتعلم الإنسان كيف يكون سعيداً، قنوعاً بما لديه. ويجب ألا يرغب في أي شيء أكثر مما يأتي إليه. الله كريم، يعرف ما يلزمنا ويزودنا به في حينه. هذا لا

يعني أن نتوكل على الله دون بذل المجهود. إطلاقاً. المقصود هو أن نقوم بدورنا خير قيام ونترك الباقي على الله الذي لن يحرمنا أبداً مما نحتاجه ونستحقه.

إن أفضل طريقة لأن نكون سعداء بغير انتهاء هي الشعور بالحضور الإلهي. رغبتنا السامية يجب أن تكون معرفة الله والتصميم لكي نكون معه. يجب أن يكون لله المقام الأول والأرفع في أفكارنا وأحاسيسنا وأن نعتبره الركن الأقوى والأكثر رسوخاً في حياتنا.

(فاشدُدْ يديكَ بحبل اللهِ معتصماً
فإنه الرُّكنُ إن خانتكَ أركانُ)

لقد أدركتُ أن غاية الحياة الوحيدة هي معرفة الله. هناك أناس قد لا يكونوا مقتنعين بأن العثور على الله هي غاية الحياة. ولكن ما من أحد ينكر أن هدف الحياة هو العثور على السعادة. وأقولها بكل ثقة ويقين أن الله هو منتهى السعادة. هو النعيم العظيم. هو الحب الكوني المطلق. هو الفرح الأبدي الذي لا يفارق نفوس المتناغمين معه. فلماذا إذاً لا نحاول الحصول على تلك السعادة الكلية؟ لا يستطيع شخص آخر أن يمنحها لنا. يجب أن ننميها ونغذيها في نفوسنا على الدوام. قوى الطبيعة تحاول جاهدة وباستمرار منح الناس ملذات العالم، لكن مثل تلك المتع العابرة نهايتها الحسرة والمرارة والندامة. وحتى أوفر الناس حظاً، ممن يبدو حاصلاً على كل شيء، قد لا يكون مع ذلك سعيداً. ولن يرضى بالأرضيات طويلا لأنها لا تروي عطشه الحقيقي ولا تشبع جوعه الروحي.

الأشياء المادية تمنح سلاماً مزيفاً ورضاء كاذباً ليس أكثر. العالم بجملته غارق في مغاصات التشويش والتخبط بفعل الرغبات الأنانية الجشعة التي تخلق الحروب. لا شيء آخر يخلق الحروب.

البَطل الفعلي في معركة الحياة هو الذي يقهر نفسه ويتغلب على أهوائه. المال والشهرة والرغبات وكل ما يناقض هذا المبدأ هو ضار بسلامنا وسعادتنا. لو أن الناس يتعلمون كيف يفكرون دائماً بقيم الحياة الحقيقية لوجدوا السعادة التي ينشدونها، لكنهم ينحرفون عن قصدهم وينجرفون مع تيار

الرغبات الأرضية. لقد وجدت أنه ما من إغراء يمكن أن يبعدني عن الدرب الذي اخترته وانتهجته لنفسي.

أستطيع أن أسحر الألوف بالقوة التي وهبها الله لي، لكن ذلك المسلك سيكون ضاراً بي. وعلى أية حال لا أرغب في سحر الألوف واستلاب عقولهم. أحب فقط أن أرى المريدين الصادقين الراسخين في الله. محبو الله سيتذوقون هذه الأفكار والذين يتواصل حماسهم سيشعرون ببركات الله وحضوره من خلال هذه التعاليم.

مستحيل أن يستطيع الإنسان مخادعة الله لأنه موجود خلف أفكاره مباشرة، ويعرف ما يدور في خلده وما يشتهيه. ومتى زهد بالعالم ورغب في التناغم الروحي سيأتي الله إليه. متى تأصلت تلك الرغبة في قلب الراغب يأتي الله إلى ذلك القلب ويملأه خيراً وبركة. الشيء الوحيد الذي يستحق أن يحيا الإنسان من أجله هو التوافق مع الله والحصول على رضاه. ذلك التوافق يجب أن يكون عهداً أبدياً وميثاقاً لا يُنقض (الذين يوفون بعهد الله ولا ينقضون الميثاق.)

كل واحد يرغب في الحصول على أكثر مما لدى الشخص الآخر من مال. وعندما يحصل عليه يبقى غير قانع لأنه يكتشف أن شخصاً أخر أغنى منه. الناس يعيشون في مستنقع من الشقاء من صنع أيديهم وخلق مشتهياتهم. يجب أن نرضى بما لدينا. الأشياء المادية لا تمنح السعادة بل كثيراً ما تضاعف هواجس الإنسان وتزيده قلقاً وتحسباً.

الطريق إلى الله هو أبسط وأسهل الطرق، ومع ذلك فقلائل هم الذين يسيرون عليه بالرغم من الطقوس والشكليات الدينية العديدة. من الأفضل أن نتوجه بقلوبنا إلى الله ونطلب منه ما هو أفضل لنا وأبقى. في الحقيقة أن الله بانتظارنا لأنه يريد أن يبعدنا عن بؤر الشر ومطبّات الخطر. يريدنا معه في قلوبنا وأفكارنا لأن بضاعة الدنيا الرخيصة لا تشبع حنين الإنسان ولا تسد الفراغ الروحي الذي يحسه في أعماقه. إن الله يتحدث إلينا على الدوام ولكن قلائل هم الذين يسمعون صوته. ذلك الصوت الهادئ غالباً ما يطغى عليه زعيق الأفكار الصاخبة والمشتهيات الصارخة. لكن عندما تهدأ الأفكار وتهجع الرغبات

نسمع صوت الله بكل جلاء بالرغم من كونه صامتاً خافتاً. حقاً أن الله يفعل كل شيء لمساعدة الإنسان، يفتح أمامه الأبواب ويضيء دروبه ليتبين مواقع خطواته فلا يعثر ولا تزل قدمه ولكن أكثر الناس لا يدركون هذه الحقيقة.

لا أريد أن يظن الناس أن بمقدورهم بلوغ المعرفة بمجرد الإصغاء إلى الآخرين أو مطالعة الكتب. يجب أن يطبّقوا ما يقرؤونه ويسمعونه. الذهاب إلى أماكن العبادة أفضل من البقاء في البيت والإستماع إلى الثرثرة العقيمة. لكن حتى في أماكن العبادة يجب أن يشعر الإنسان بحضور الله في قلبه، ويجب أن يعرف الطريقة التي بواسطتها يمكنه ملامسة حضوره. الثورات العاطفة والتحليلات العقلانية لا يمكن أن تمنحنا المعرفة التي تحن نفوسنا لاكتسابها.

عندما نسلم أنفسنا لله ونودّع الرغبات الأنانية.. وعندما نتيقن أن الله معنا على الدوام، يسكن أرواحنا ويلهمنا الأفكار والمشاعر الطيبة النبيلة سنمتلك السعادة والحرية وسنعاين شروق شمس الحكمة في أفق الروح.

تصوروا! بعد عشرات السنين من الآن سيصبح وجودنا هذا حلماً، وكل ما نفعله الآن سيصبح جزءاً من ذلك الحلم. وحتى عظماء الإنسانية أصبحوا خيالاً في وعي البشرية. لكن أولئك العظماء نالوا الأرب لأنهم بلغوا الغاية القصوى وما زالوا أحياء بالروح وهم على دراية حية وواعية بكل ما يحدث لأنهم متوحدون في الوعي الإلهي. وكل من يحاول التناغم معهم من خلال أفكارهم وتعاليمهم سيحس حتماً بحضورهم ويستجلب بركاتهم وسيعلم في قرارة نفسه أنه على تواصل فعلي معهم.

الحياة حلم كبير. ومع ذلك فعندما تنظر إلى جسمك الآن وتجده نابضاً بالحياة تتولد لديك قناعة تامة بحقيقة هذا الحلم. تظن أنه ينبغي لك الحصول على هذا الشيء أو ذاك حتى تصبح سعيدا. لكن مهما تحققت رغباتك لن تعثر على السعادة من خلالها. كلما زادت مكتسبات المرء زادت رغبته في الحصول على المزيد. يجب غربلة المشتهيات وتبسيط الحياة إن أراد الإنسان أن يحيا براحة وطمأنينة ورضاء باطني.

تقول الأسفار المقدسة أن الذي تنساب رغباته دوماً نحو الداخل (باتجاه روحه) هو إنسان على درجة عالية من الرضاء النفسي. وهو في ذلك يشبه البحر الذي لا يتغير ولا ينقص، بل يبقى زاخراً بالمياه التي تنساب إليه دون انقطاع. أما الذي يُحدث ثقوباً من الرغبات في صهريج سلامه ويسمح للمياه الحيوية بالتسرب والهدر لا يعرف شيئاً عن السلام الروحي والسعادة الباطنية.

إننا بحاجة إلى التوجيه من العارفين بالله الذين لهم القدرة على التواصل معه والإحساس الواعي بحضوره. لقد طلب منا الأنبياء كي نطلب الله في السكينة الباطنية، في خلوات النفس حيث الروح الأمين والفرح الروحي الفائق. معلمو الهند المستنيرون يؤيدون أيضاً هذه الأفكار ويؤكدون على أهمية التأمل العميق لإدراك الذات العلية في أعماق النفس.

كل ما في الوجود هو اهتزاز موجيّ موجّهٌ بعقل الله. وذلك الإهتزاز الموهوب بالذكاء هو الروح القدس أو الروح الأمين الذي يمكن التواصل معه عن طريق الدعاء والتأمل.

في سكون روحك وفي خميلة تركيزك العقلي لا نهاية لحكاية الغرام مع المطلق اللانهائي. لكن من الصعب الحصول على الله إن سعينا وراء المال أولا. يجب أن نجعل الله جزءاً لا يتجزأ من حياتنا وعندها سنحصل على كل ما نحتاجه في هذه الحياة. من يجعل لله مكاناً دائماً في قلبه يجعل الله نصيبه وافراً من خيرات الأرض والسماء ويفتح أمامه آفاقاً واسعة تسطع فيها شموس الحكمة فتنير دروبه وتبدد الظلام من حوله. الله هو المحب الأبدي ولا سعادة للإنسان إلا عندما يحب الله كمحبته – على الأقل - لأعز الناس لديه، لأن لولا الله لما عرفنا ماهية الحب ولا تذوقنا طعمه.

يجب أن نتعلم استخدام الإرادة وتركيز العقل من أجل البحث عن الله بمجامع الفؤاد. أفعال الإنسان تفرضها رغباته. وتلك العادات تضطره دوماً لفعل ما لا يريد أن يفعله. حقاً إن الإنسان عدو نفسه ولا يعرف ذلك. هو لا يعرف كيف يجلس بهدوء، ولا يخصص وقتاً لله، ومع ذلك يريد أن يحصل على السعادة ويضمن وصوله إلى الجنة دون إبطاء. لا يمكن الحصول

على الإختبار المقدس بقراءة الكتب فقط، أو الإصغاء للمواعظ أو القيام بالأعمال الخيرية وحسب. هذه كلها نافعة ولا شك لكنها غير كافية. الوصول إلى الله يلزمه تركيز دقيق وتأمل عميق.

يجب أن ننشد رضاء الله أولا. لا يمكننا إرضاء الجميع لأن ذلك أمر مستحيل. إنني أحاول أن لا أزعج أحداً. أعمل ما بوسعي وهذا كل ما أستطيع أن أفعله. غايتي الوحيدة هي مرضاة الله. أستعملُ يديَّ لأبتهل بخشوع أمامه، وقدميَّ لأبحث عنه في كل مكان، وعقلي لأفكر به وأتأمل روائعه. يجب أن يحتل الله المقام الأول في قلوبنا حتى نتمكن من الإحساس به سلاماً ومحبة وفهماً ولطفاً وتعاطفاً وحكمة. هذا لا سواه ما أتيت لأشهد به وأحدثكم عنه.

إضافة إلى التأمل ينبغي الإحتفاظ بالصحبة الطيبة. يجب أن لا نركض وراء الناس بل وراء الله. وإن كنت تجد فائدة من هذه الأفكار فاعتبرها بركة من الله لأن الفضل كل الفضل يعود إليه، وتحدث عنها للآخرين لعلهم يجدون فيها ما تجده. (وأما بنعمة ربك فحدّث.) ولا تنسَ أن تساعد أحداً كل يوم على قدر طاقتك. ما دام في جيبي مال لا أكف عن العطاء، لأن بنكي الذي لا ينفد ولا ينضب معينه هو الله.

أخيراً يجب أن نعرف الله مثلما عرفه العظماء. ذلك مستطاع عن طريق التأمل والمجهود الشخصي.

ذات مرة كنت أتمشى خارج الصومعة مفكراً بمعلمي العظيم سري يوكتسوار الذي كان قد فارق الحياة قبل ذلك ببضع سنين. شعرت بشوق غامر له وحزنت لأنه لم يكن معي ليستمتع بجمال الصومعة وجوّها، وفجأة تراءى لي من السماء وقال: "أتظن أنك الوحيد المستمتع بهذا المكان الجميل؟ فأنا أيضاً أستمتع به مثلك!"

يجب أن يجتهد المريد الراغب للتوحد مع الله عن طريق الممارسة اليومية للتأمل ومحبته ومحبة الجميع بتلك المحبة. تلك هي الطريقة الوحيدة لتلافي الحروب. التعاون الروحي مطلوب. بدون الروحانية الحقة لا توجد سعادة فردية أو عالمية. التناغم المقدس هو الحل الوحيد لكل المشكلات الجسدية والمالية والزوجية والخلقية والروحية.

السعادة تأتي من الإحساس بقرب الله. لقد سجن الإنسان نفسه خلف قضبان الجهل وآن له أن يتحرر من هذا السجن المهين. يجب أن يبقى الفكر دائم التوجّه إلى الله مهما كانت الظروف، وعندها ستشعر بسلام وفرح عظيمين.

إن الذين يتشوقون لله ويكرّسون كيانهم له، ويشجعون وينوّرون بعضهم بعضا، ويلهجون بذكر الله دوماً هم السعداء في هذه الدنيا وهم الفائزون بنعيم الآخرة.

والسلام عليكم.

الستارة سترتفع وتنقشع

كل واحد منا هو صورة الله. لقد انبثقنا عن روحه الإلهي وجوهره يكمن بنا بكامل نقائه ومجده ونعيمه الفائق. ذلك الميراث المقدس حصن لا يُقحم. إن إدانة الإنسان نفسَه بأنه خاطئ متطوح في دروب الخطيئة هو من أعظم الآثام على الإطلاق. لإنه بذلك يحكم على نفسه بالعجز والإحباط وعدم القدرة على النهوض والإرتقاء. صحيح قد يأتي الإنسان بأعمالٍ مخالفة للقوانين الطبيعية والإلهية، لكن عليه تغيير المسار على الفور والتوجه إلى الطريق الصحيح. الإنسان في طبيعته النقية هو هيكل مقدس والروح الإلهي يسكن به.

يجب أن نتذكر على الدوام أن الله يحبنا محبة خالصة غير مشروطة. لكن بما أنه وهبنا مطلق الخيار للتقرب منه أو الإبتعاد عنه فإنه في انتظار إعرابنا له عن رغبتنا في حبه قبل أن يأتي إلينا.

ذات مرة سمعت صوته يهمس أثناء التأمل: "تقول أنني غير موجود معك، لكنك لم تنظر إلى الداخل. إنني لا أفارقك لحظة واحدة. أدخلْ إلى هيكل الروح وستراني. فإنني هنا على الدوام، لأستقبلك وأحييك تحية الحب الإلهي."

الإخلاص العميق ضروري على الطريق الروحي. في النقاء والصدق يبزغ فجر الروح.

إن حكمتنا البشرية هي لا شيء أمام الله. والطريقة الوحيدة التي يمكننا التقرب منه هي أن نمنحه نفس المحبة الخالصة التي يختصنا بها.

كل واحد سيعثر على الخلاص في نهاية المطاف، لكن المتلكئين على الطريق يسقطون في هوة اللامبالاة. عدم الإكتراث يصد الإنسان عن إدراك مدى أهمية العثور على الله الآن وفي هذه اللحظة. إن كوكبنا الأرضي الكبير السابح في الفضاء، وهويتنا البشرية، لم يُمنحا لنا لتمضية سنوات معدودات هنا ثم لنمضي بعدها إلى اللاشيء.. بل لعلنا نفكر ملياً ونتعمق في فهم سر الوجود. إن العيش دون فهمٍ لغاية الحياة هو حماقة وغباء وإضاعة للوقت. ألغاز الحياة تحيط بنا من كل جانب، وقد وهبنا الله الذكاء لنجد الحلول لها.

في بحثي عن الحب الدائم أدركتُ أن الله هو الذي أحبني في كل أنواع الحب البشري. لقد أحبني كأم وأب وأصدقاء.

لقد بحثت عن ذلك الصديق الخالد وراء كل الأصدقاء،

وعن ذلك المحب العظيم الذي أراه الآن وامضاً في كل الوجوه الطيبة المحبة. ذلك الصديق الإلهي لم يخيّب أملي ولم يخذلني مرة واحدة.

الله يكمن خلف كل ما في الوجود. يجب أن نكرم أبوينا ونحْسِن إليهما، ولكن ينبغي أن نحب الله من كل قلوبنا وأرواحنا. ويجب أن ندرك أهمية التواصل الحيوي معه، دون إضاعة الوقت بعد الآن.

عندما ننام لا نعرف ما إذا كنا سنستيقظ أم لا. إننا نغادر هذه الأرض الواحد تلو الآخر. ولكن هذه الفكرة يجب أن لا تبعث على القلق. عندما نموت يُطلب منا الولادة ثانية على الأرض، مبتدئين حياة جديدة من حيث ما انتهينا في هذه الحياة.

إنني أرى الحياة مثل تشكُّل الأمواج وانحلالها أو ملاشاتها على صفحة المحيط. الموجة البشرية تبزغ من سطح المحيط الإلهي عند ولادتها، وعند الموت تهجع في قلب الله. لقد أدركتُ هذه الحقيقة وأعلمُ أنني لا أموت قط بالرغم من موت الجسد. لأنه سواء كنت هاجعاً في أوقيانوس الروح الإلهي أو مستيقظاً في الجسد المادي فإنني واحد مع المحيط الكوني. تلك السعادة

العظمى لا يمكن العثور عليها في العالم. وفي نفس الوقت لا حاجة لنا للهروب إلى الغابة بحثاً عن الغاية. نستطيع أن نعثر على الله في أدغال الحياة اليومية هذه.. في أعماق كهف السكون.

قد يقترف الإنسان أخطاءً عديدة لكنه مصاغٌ على صورة الروح الإلهي. لقد خلق الله هذا الفيلم الوهمي للأرض ومباهجها لغاية واحدة فقط: عل الإنسان يدرك أنها مجرد مسرحية كونية فيهجر الأوهام ويحب الله وحده. تلك هي الحقيقة ولا يمكن أن تكون خلاف ذلك. لماذا خلقنا الله لنحب أفراد أسرتنا ولنراهم فيما بعد يفارقوننا الواحد تلو الآخر؟ هذه الأحداث تحصل لتجعلنا ندرك أن الله هو الذي يحبنا من وراء كل محبينا.

الحياة صورٌ متحركة لكن من الصعب فهم هذه الحقيقة لأن الأوهام تبدو حقيقية والحقائق تبدو أوهاماً. العالم يتلاشى من وعينا كل ليلة أثناء النوم علنا نفهم أن الكون المادي غير حقيقي.

درْسُ النوم هذا يأتي لا ليفزعنا بل ليجعلنا ننشد حقيقة الله. لا يمكن لأي شيء أن يرضي النفس سوى الله وحبِّه. روح الله هي الحقيقة التي لا نظير لها. لا وجود لما هو غير حقيقي، والحقيقي لا يمكن أن يكون غير موجود. الحكماء يدركون هذه الحقيقة الساطعة.

لقد انصرمتْ أعوامٌ عديدة من أعمارنا ولم يبقَ منها سوى سنين وأسابيع وأيام وساعات. فلِمَ إضاعة الوقت دون فائدة؟ يجب أن نرغب في التواصل مع الله ليل نهار وأن نكون مخلصين كل الإخلاص في رغبتنا هذه قبل أن تنقضي فسحة العمر الممنوحة لنا ونغادر هذه الأرض دون إنجاز يذكر.

في هذه اللحظة بالذات أبصر نور الله العظيم يغمر كل الموجودات. يا له من فرح غامر! يا له من نور عجيب!

إلهي أشكركَ وأسجدُ لك على هذه البركات الغزيرة للإحساس بحضورك.

بارك الجميع بنفس الكيفية علنا ندرك أنك الحقيقة العظمى في الكون وأنك غايتنا التي لا غاية بعدها.

يجب أن نحبه ونتحدث إليه كل ثانية من حياتنا.. في العمل والراحة.. في الحركة والسكون.. بابتهال عميق وشوق ملتهب.

وسنرى ستارة الوهم ترتفع وتنقشع. إن الله معنا في كل لحظة من لحظات عمرنا. والذي يتأمل ويتناغم معه يبصره في جمال الزهور وشهامة النفوس الطيبة والعواطف السامية النبيلة والأحلام الجميلة. أخيراً سيبزغ من وراء الحجب الكثيفة ليقول لكل مريد صادق:

"لقد افترقنا لأمدٍ بعيد لأنني رغبت في أن تمنحني محبتك عن طيب خاطر. لقد خلقتك على صورتي، وانتظرتُ حتى تستخدم حريتك وتمنحني محبتك من تلقاء ذاتك."

يجب أن نسأل الله كي يمنحنا الهبة الخالدة الباقية لحبه الإلهي. ولكن ما من أحد يمكنه العثور على الله الودود دون بذل المجهود؟ إن بذلتَ 25 بالمائة من المجهود فالباقي يكون على الله والمرشد الروحي. لا أطلب شيئاً لنفسي لأن الفضل كل الفضل هو لله منبع كل الخيرات والمكرمات. فلتواكبكم نعمته وليلازمكم وعيه ولتدركوا فيض حضوره بكم ومن حولكم.

إن الله لا يستجيب لنا على الفور لأننا مترددون في إظهار مدى رغبتنا له. يجب أن لا نخشى الاقتراب منه، بل ينبغي اعتباره خاصتنا، حبيبنا، وأن نبحث عنه دون انقطاع بأفكارنا وأفعالنا وقلوبنا وعقولنا وسنجده أعظم موئل للأمن والأمان في هذا الوجود.

يا رب.. إنني أقدم لك هذه الباقة من النفوس الطيبة علّها تزيّن هيكل حضورك. واكب أصحاب هذه النفوس الذين هم عيالك وأحبتك. إننا نترنم بإسمك المبارك. بدد ديجور الجهل بنورك القدسي. اطرد الظلمة من عقولنا بضياء وجودك المشع المتسع. نحن خاصتك مهما كانت أوضاعنا وأحوالنا. اظهر ذاتك لنا يا ذا الجلال والإكرام. بارك كل واحد منا. تقبّل نفحات أفكارنا المشتاقة ونبضات قلوبنا المحبة التوّاقة. لكَ نرفع كل الحب والتكريم والشوق لأنك حبيبنا وكل ما نملك في هذا الكون.

باركنا بنعمتك. اهدم أسوار الرغبات التي تحول دون تواصلنا معك. ولتكن الملك الإلهي المتربع على عرش كل طموحاتنا. ولينتشر نور مجدك على العالم الفسيح. باركنا جميعاً. أفعمنا بضوع حضورك. ولندرك أكثر فأكثر بأنك كنت لنا على الدوام، وأنت لنا الآن وستكون لنا ومعنا إلى الأبد.

نحمدك على النعمة والمحبة اللتين أغدقتهما على محبيك المتأملين قربك والمنتظرين بشوقٍ حضورك. آملين أن تكبر دائرة مريديك لنحتفل بحضورك المبارك ونسعد بالقرب منك.

باركنا كي نفتح قلوبنا لبعضنا ونصفّي نوايانا علنا نستحق حمايتك ورعايتك. اظهر ذاتك باطناً وظاهراً. وحّدنا جميعاً وعلى ضوء ذلك التوحّد فلندرك وجودك الأوحد.

وبإخلاص قلوبنا المتحدة وشوق نفوسنا المنسجمة نسجد أمامك طالبين العون والهداية والإدراك الدائم لحضورك في أرواحنا.

لتضطرم نار المحبة الخالدة في قلوبنا ولنشعر بقربك منا الآن وإلى الأبد.. يا ربنا.. يا حبيبنا!

الرغبة العظمى والكبسولات العقلية

عظيم هو مجد الله. هو جوهر الحقيقة ويمكن العثور عليه في هذه الحياة. في قلوب الناس صلوات وأدعية كثيرة: من أجل المال والشهرة والصحة.. صلوات من كل نوع وصنف. لكن الدعاء الذي يجب أن يكون الأول والأهم في كل قلب هو من أجل الشعور بالحضور الإلهي. وإذ نسير على دروب الحياة بصمت ويقين يجب أن ندرك بأن الله هو غاية الغايات التي يمكن أن ترضينا وتحقق أمانينا، لأن في الله تكمن الإستجابة لكل أماني القلب.

عندما يتعذر عليك تحقيق رغبة ما بمجهودك الفردي فإنك تتوجه لله بالدعاء. وهكذا فإن كل ابتهال تتلفظ به ينمّ عن رغبة كامنة في النفس. ولكن عندما تجد الله تتلاشى كل الرغبات وتتحقق كل الأمنيات.

تبزغ الرغبات الدنيوية بسبب بعض الآراء المغلوطة عن غاية الحياة. هذه الأرض ليست مقرنا. لقد أخبرتنا الكتب المقدسة أننا لله، وأننا مخلوقون على صورته، وإن إرادته تقضي بعودتنا إلى أصلنا الإلهي. الذي لا يعرفه الإنسان هو أنه ما لم يعُد إلى مصدره الإلهي فسيتحتم عليه الكفاح من أجل تحقيق رغبات لا حصر لها. تصوروا! صحيح أنه ليس في وسع الإنسان إلا أن يمتلك رغبات، وليس من الخطأ امتلاكها. لكن معظم الأشواق

البشرية تحول دون تحقيق الرغبة العظمى للرجوع إلى الله. وهكذا فإنها ضارة بسعادة الإنسان. وما لم يرغب الإنسان بالله ويعثر عليه سيواصل تحرقه لكل ما يظن أنه سيجعله سعيداً. لكن التحقيق الفوري لكل الرغبات يأتي تلقائياً للذي يعثر على الله.

هناك فئتان من الرغبات: التي تساعدنا في العثور على الله، والتي تصدنا عن العثور عليه. مثال على ذلك: إن أساء لك شخص تشعر بالرغبة في الإنتقام، لكنك إن قهرت تلك الرغبة باستخدام قوة المحبة الأكثر سمواً وقبولاً عند الله تكون قد استخدمت الأداة التي ستساعدك في العثور على الله. يجب تحقيق كل الرغبات بكيفية نبيلة، إذ عندما يتم تحقيقها بالطرق الدنيوية تتضاعف الرغبات ومعها المتاعب والمعاناة. إن تعلمنا كيف نقدم كل أشواقنا لله فإنه سيعمل على تحقيق رغباتنا الطيبة وإبادة رغباتنا الضارة المؤذية. ما من حماية أعظم من الضمير وما من وقاية من لطمات الحياة كامتلاك الرغبات النبيلة السامية.

عندما ندرك أن صورة الله الكلية الكمال هي في داخلنا تتحقق كل رغباتنا. ففي ذلك الوعي المقدس الذي لا تعدُله نفائس الأرض وذخائرها لن تهتز حتى ولو أُعطيت العالم بأسره. إذ لا المديح سيخلق بك الزهو ولا المذمة ستلحق بك الأذية لأنك ستتذوق فرح الله في ذاتك وذلك سيكون الإعتبار الأهم في حياتك.

يجب أن نطلب أولاً وقبل كل شيء هداية الله في محاولتنا تحقيق رغباتنا المشروعة، وتلك هي الطريقة المثلى للحصول على الاستجابات لكل صلواتنا. ولكن يجب حذف الإستجداء من الإبتهال. يجب تغيير الطريقة القديمة للدعاء وأن نتوجه إلى الله بثقة تامة وإيمان قاطع بأنه يسمع لنا ويحقق رجاءنا. لا يريدنا الله أن نتخلى عن إرادتنا – حتى عندما نبتهل إليه – لأن تلك الإرادة هي أثمن هدية حصلنا عليها من يده الكريمة وهي حق مقدس أراده لنا منذ خلقنا.

طبيعي يجب أن يميّز الشخص بين الصلوات والرغبات المعقولة وغير المعقولة. وتذكر أن الرغبة قوة، فإن تشبثت

برغبة ما – سواء كانت جيدة أم رديئة، نافعة أم ضارة – وقلـّبتها في فكرك ليل نهار فإنها ستتحقق في النهاية. ومن هذا المفهوم ينبغي توخي الحيطة والحذر وتحاشي امتلاك رغبات ضارة لأنها ستتحقق وستجلب معها لصاحبها ضرراً بالغاً وشقاءً لا يحسد عليه.

مع مرور الزمن ستجد أنه بالرغم من تحقيق رغباتك لكن قلبك ما زال فارغاً، وستشعر بعصيان داخلي. افرض أن جهازك الهضمي ضعيف ومع ذلك ترغب في تناول الأطعمة المقلية. بالطبع ستتألم كلما أكلت المقالي نتيجة لذلك بالرغم من شعورك باللذة أثناء تحقيق تلك الرغبة. وهكذا تشعر أنك ارتكبتَ خطأ. الحكمة تقتضي استخدام التمييز لفرز الرغبات الرديئة عن الطيبة، ومتى تم لك ذلك ينبغي عدم تحقيق تلك الرغبات الخاطئة. الإنسان يمتلك قوى التمييز الباطني وينبغي أن يستخدمها دوماً وأن يسير ويسيّر حياته بوحي الضمير الذي هو صوت الله.

الرغبات التي لم تتحقق تبقى متربصة في القلب. وما هو الضرر من إيوائها في القلب؟ إليك الجواب:

إن كل رغبة تتكون من قوى محددة: إما صالحة أو شريرة، أو من كليهما. وعندما يتوفى الشخص – رحمه الله – لا تموت تلك القوى بالرغم من تحلل الجسد وفنائه. لكنها ترافق روحه حيثما ذهبت على هيئة كبسولات روحية مركـّزة. وعندما يولد الشخص ثانية في تجسد جديد تظهر هذه الكبسولات أو الأقراص النفسية على صورة نزعات سلوكية. وهكذا فالشخص الذي مات كحولياً يجلب معه الميل إلى الكحول عندما يولد، ويلازمه ذلك الميل إلى أن يتغلب على الرغبة في الخمر. وهذا ينطبق على أشياء أخرى أيضاً.

إن تصرّف حتى أصغر الأطفال يُظهر بعض الخاصيات المكتسبة من حيوات ماضية. بعض الأطفال يعانون من نوبات غضب حادة. آخرون طباعهم رديئة. طبعاً الله لم يخلقهم في الأصل على هذه الحال. رغبات الحيوات الماضية التي لم تتحقق صاغت هذه الميول السيكولوجية، وبسببها تظهر النفس غريبة بعض الشيء مع أنها مخلوقة على صورة الله النقية. إن كانت

صورة الله مشوهة في داخل الشخص في هذه الحياة سواء بالغضب أو الخوف أو الشهوات ولم يتغلب على تلك الخاصيات الآن، فإنه سيولد من جديد معها (أو ستولد معه)، وسيحمل عبء تلك الميول المولـِّدة للشقاء إلى أن يتغلب عليها في تجسده هذا أو تجسداته المقبلة. إنما لا خلاص منها قبل التغلب عليها.

لذلك فمن الأفضل تحقيق كل الرغبات الآن أو قهرها.

الطريقة الأمثل للتخلص من تلك الرغبات مرة وإلى الأبد هي بملامسة الفرح الإلهي الفائق. وإلا فإن تلك الرغبات المكتومة والمشتهيات غير المحققة ستتعقب النفس وتقضّ مضجعها.

يجب أن يدرك الشخص بواسطة التمييز والحكمة أن الله وحده هو القادر على منح السعادة الخالصة والدائمة.

في معظم الأحيان تظل الرغبات مخبوءة في اللاشعور. قد تظن أنها تلاشت ولكن لا، وهذا سر من أسرار الحياة التي هي بدورها سر عظيم.

لكن السر يتبدد غموضه عندما نحلل الحياة ونتأمل معانيها. إن جلست كل يوم بهدوء لفترة قصيرة وحللت نفسك لوجدت أنك تمتلك رغبات عديدة لم يتم تحقيقها. تلك الرغبات تشبه الجراثيم الفتاكة التي يحملها الإنسان حيثما ذهب، سواء في هذه الحياة أو في العتيدة.

إن أفضل طريقة هي الإستغناء – بالتمييز الحكيم – عن الرغبات الضارة في هذه الحياة وتركيز الجهود على تحقيق رغباتك الطيبة. إن شعرت بالرغبة في الإنتحار أو بفعل أي شيء سيء، فيجب التخلص من تلك الرغبة الآن. أقنع ذاتك فكراً وفعلا أنك تمتلك شرارة الإلوهية في روحك وتذكر أنك مخلوق على صورة العلي القدير، ولذلك فإنك تمتلك المقدرة على الترفع عن طباعك وعاداتك الجسدية.

كن أقل تعلقاً بالكماليات وأكثر زهداً بالمشتهيات وستفوز في معركة الحياة. وإن كنت تتألم من ألم مستعص حاول قدر الإمكان فصل نفسك عن الوعي الجسدي. بالتمييز يمكنك التغلب على الحواس. التمييز الحكيم هو النار التي تحرق الرغبات الضارة والشهوات المؤذية وتحيلها إلى رماد.

من الممارسات الشائعة عند الناس هي تخزين الأشياء العتيقة البالية غير الضرورية في أحد أركان المنزل، وكذلك تعزيل وتنظيف المنزل بين الحين والآخر. وبالمثل في ركن عقلك اللاشعوري توجد رغبات عديدة ذات أضرار كامنة، وقد تسبب لك متاعبَ كبيرة ذات يوم إن لم تتعامل معها كما يجب.

تحليل الذات أمر بالغ الأهمية على الطريق الروحي. قد تكون مبغضاً أو نكد الطباع أو غضوباً. إن كان الأمر كذلك فإن هذه المزايا المختزنة في وعيك هي نتيجة تصرفك الماضي. ولكي تعزّل مستودعك النفسي من ذلك الأثاث "المتختخ" البالي يجب أن تشرع بالأفعال الإيجابية البناءة وبالإحساس بالمودة نحو الآخرين. فعلى قدر محبتك للناس سيحبك الناس وستشعر بمحبتهم. أما إن انتقدتهم ولو بينك وبين نفسك فإنهم سيحسون بذلك الإنتقاد وسيعيدونه إليك مضاعفاً!

افرض أن عدواً قديماً لك قد مات وبقيت مع ذلك تشعر بالحقد والكراهية نحوه، فستعاني نتيجة لتلك الضغينة وستظهَر أعراضُها السيئة في جسمك وعقلك. من الأفضل أن تسامحه إكراماً لوجه الله لأنك بذلك تتحرر من رغبات الثأر الشريرة التي تفتك بسلامك النفسي وتمزق طمأنينتك. فتكديس الكراهية على الكراهية أو مقابلة البغضاء بمثلها لا تضاعف خصومة عدوك نحوك فحسب بل تسمم أنت أيضاً جسمك ومشاعرك نتيجة لذلك. فاصفح الصفح الجميل.

يجب أن يترك الإنسان بين الحين والآخر كل شيء ليكون مع ذاته لا غير، كي يتسنى له التفكير بغاية الحياة. معظم الناس عائمون على تيار من التقاليد والأزياء. في الواقع أنهم لم يحيوا حياتهم الخاصة أبداً بل يعيشون حياة العالم. فما الذي حققوه من ذلك وإلى أين وصلوا؟

لهذا من الحكمة أن ينتزع الإنسان نفسه بين الفينة والأخرى من المشاغل و"الواجبات" اليومية كي يهدّئ ثائرة عقله ويحاول معرفة ماهيته وتحديد الغاية التي يريد تحقيقها.

وتذكر أن أعظم شهادة يمكن أن تحصل عليها هي شهادة ضميرك: صوت الروح المميز الذي لا يُعلى عليه. ما يقوله لك ضميرك هو أنت على حقيقتك دون تمويه أو تزويق.

فكر بقوة السيد المسيح الذي قال "اغفر لهم يا أبتاه لأنهم يفعلون ما لا يعلمون."

وفكر بقوة النبي العظيم الذي قال: "ألا أدلكم على ما يرفع الله به الدرجات؟" قالوا نعم يا رسول الله. قال: "تحلم على من جهل عليك، ، وتعطي من حرمك، وتصل من قطعك وتعفو عمن ظلمك."

الإصغاء لصوت الضمير المستنير سيجلب النور إلى طريقك والبركة إلى حياتك. وعندما تشعر بدافع قوي في قلبك لتحقيق رغبة ما، استخدم تمييزك وسل نفسك: "أهي رغبة طيبة أم رديئة تلك التي أسعى لتحقيقها؟"

هناك مؤثرات عديدة تغذي الرغبات في الإنسان. فعندما يرى سيارة من آخر موديل يريد أن يمتلك سيارة مثلها. وعندما يرى بيتاً من طراز جديد، يرغب بامتلاك بيت مثله. زيّ جديد من اللباس يصبح شائعاً فتهفو له القلوب وتتلهف على شراء وارتداء ذلك الزي!

من أين تأتي الرغبات؟ لقد صرفتُ ساعات طويلة متفكراً بذلك. هل باستطاعتك تصنيف كل رغباتك؟ لقد تمكنتُ من فرز كل رغائبي وأبقيت على الصالح منها فقط. وعندما حصلتُ على الوصال الإلهي وجدتُ أن كل رغباتي الطيبة قد تحققت مرة واحدة. اليوم تشتهي شيئاً ما وغداً تتوق نفسك لشيء آخر. إن عقلك الذي انبثق عن الله القدير لا يمكن أن ترضيه بضاعة هذه الدنيا، ولن يرضى أبداً لأنك يا صديقي العزيز فقدتَ أعز وأنفـَس كنوز روحك الذي وحده له القدرة على إشباع حنينك وتحقيق أشواقك. ذلك الكنز المفقود هو الله.

صحيح أن هناك بعض الرغبات الطيبة أو الضرورية، وأنه يتوجب عليك العمل على تحقيقها. لكن أثناء محاولة تحقيق رغباتك الطفيفة لا تنسَ أولاً تحقيق رغبتك العظمى نحو الله.
الإقتناع بضرورة تحقيق الرغبات والواجبات الصغيرة أولا هو وهْمٌ وخداع. لا زلت أذكر في بداية طريقي الروحي أنني كنتُ مسوّفاً ولم أتأمل بانتظام مع أنني بقيت أعلل نفسي بأنني سأخصص وقتاً للتأمل. مرت سنة كاملة على هذا النحو قبل أن أدرك أنني لم أنجز ما وعدت نفسي به. وعلى الفور قطعت عهداً على

نفسي بأن أول شيء سأفعله في الصباح هو الاغتسال ثم التأمل على الله. لقد كانت المشاغل اليومية آنذاك كثيرة ولم يكن من السهل الإفلات منها ولو لفترة قصيرة. لذلك قررت أن أقوم بواجباتي الروحية أولا. وهكذا تعلمتُ درساً كبيراً: فواجبي نحو الله يأتي في الدرجة الأولى، ومن بعدها أهتم بالواجبات الأخرى الأقل شأناً.

لماذا ينبغي على الله أن يفتح أبواب الأبدية أمام الإنسان إن كان الإنسان يضع واجبات واعتبارات أخرى قبل الله؟ لقد ركّب الله أجنحة روحية في نفوسنا ويتوقع منا أن نحلـّق في آفاق الروح. تلك الأجنحة هي أشواقنا الروحية وأفكارنا السامية وحنيننا الصادق إلى مصدرنا الإلهي.

فلنبحث عن الله أولاً. ليس من الحكمة إعطاء الواجبات الأرضية الأهمية القصوى لأن عزرائيل قد يستدعى الروح في أية لحظة وعندها ستتوقف وتنتهي كل الواجبات والإرتباطات والمشاغل والإلتزامات مرة وإلى الأبد. فلماذا كل هذا التشبث في الحياة؟

يظن الإنسان أنه يستمتع بالأمن والطمأنينة فيفقد عزيزاً عليه على حين غرة، أو يفقد صحته أو عمله فيذهب الأمان والإطمئنان أدراج الرياح!

كم كانت محبتي لوالدتي عظيمة! كنت أظن بأنها ستبقى معي دوماً، ولكن فجأة وجدت أنها فارقتني وأنا طفل! يجب أن لا نرهب الموت بل نكون مستعدين له.

الحياة ليست كما تبدو. لا تضع ثقتك بها لأنها متقلبة مخادعة وزاخرة بالخيبات وتحطيم الآمال والأماني. لا يمكن العثور على الكمال هنا. لا أريد أن أعطيك صورة غير واقعية عن الحياة. هذا العالم ليس جنات النعيم. إنه مختبر إلهي حيث يمتحن الله النفوس ليرى ما إذا كانت ستقهر الرغبات الشريرة بالطيّبة وتجعله – أي تجعل الله – رغبتها العظمى، علها تتمكن من العودة إلى ملكوته.

الحياة تعج بكل ضروب التراجيديا والكوميديا.. المآسي والملاهي. إنها مشهد كبير متغير ومختلف الألوان لصنوف لا تقع تحت الحصر. ما من شيئين اثنين لهما نفس الشبه والمواصفات.

حياة كل إنسان فريدة. كل واحد له قسمات وجه مختلفة، ذهنية مختلفة، ورغبات مختلفة. لو أننا حصلنا على نفس الإختبارات كل يوم لاعترانا الملل ولسئمنا العيش. وحتى الجنة لو كانت كل يوم على نمط واحد لما رغبنا بها. إننا نحب الألوان والأصناف.
المفهوم التقليدي السائد عن الجنة خاطئ برمته. فلو كانت تبعث على الضجر لابتهل قديسو وأولياء الله من أجل الرجوع إلى الأرض للترفيه عن أنفسهم! الجنة دائمة التجدد بكيفية ممتعة إلى أقصى حد، بينما الأرض هي غالباً دائمة التجدد ولكن بكيفية مضجرة ومزعجة.

ومع ذلك، وبالرغم من كون الحياة مرهقة شاقة، يتعود عليها معظم الناس، محتسبين أنه ليس من طريقة أخرى للعيش. وإذ يعجزون عن مقارنة هذه الحياة بالحياة الروحية فإنهم لا يدركون مدى الألم والضجر الكامنين في تضاعيف هذه الدنيا.

بالحقيقة الحياة ليست حقيقية. إنها مجرد تسلية ليس أكثر. وكما أن الأفلام القديمة يعاد عرضها مراراً وتكراراً، هكذا تتكرر نفس الأحداث القديمة بصور مختلفة. وبالرغم من استمرارية الحياة إلى ما لا نهاية فإن نفس المواضيع المعروضة في أفلام ماضية يعاد عرضها الواحد تلو الآخر. حقاً أن التاريخ يعيد نفسه والناس قطع أثرية في متاحف الزمن.

لتفرغ الحياة ما في جعبتها من مفاجآت، تقبلها بفرح وموضوعية وتجرّد، غير متأثر عاطفياً كما لو كنت تشاهد فيلماً سينمائياً. إن ضحكة من القلب هي علاج مدهش لكل الأسقام البشرية:

يجب أن تتعامل براحة وأريحية مع الحياة. هذا ما تعلمته من معلمي. ففي بداية تدريبي الروحي في صومعته، كنت أقوم بواجباتي بوجه متجهم لا أبتسم قط. وذات يوم لاحظ معلمي ذلك وأشار قائلاً: "خير إن شاء الله! هل أنت في مأتم؟ ألا تعلم أن العثور على الله يعني تكفين الهموم ودفن كل الأحزان؟ لا تأخذ الحياة على محمل كبير من الجدية."

لقد علمني أن من واجب الإنسان أن يرتفع بفكره فوق كل المشوشات والمنغصات الأرضية حتى يتمكن من العثور على الحرية الكاملة في الله.

يجب أن يحافظ المرء على توازنه في الأفراح والأحزان، والربح والخسارة، والنصر والفشل حتى يتمكن من مواجهة تحديات الحياة بجرأة وثقة بالنفس.

المحافظة على التوازن النفسي بالرغم من كل الأحداث هي أفضل طريقة للتغلب على الرغبات المخادعة. هذا ما تعلمته من العظماء الذين لم تؤثر بهم أحداث الزمن، بل ظلوا صامدين عديمي التغير حتى النهاية. وحتى الأنبياء عندما عُذبوا لم يفقدوا وعيهم المقدس ولم يسمحوا لأحد بأن يسلبهم محبة الله. الفرح الروحي هو بحد ذاته حماية مباركة وهو أعظم حصن على الإطلاق. ووسط المحن والآلام تذكر الخيرات التي أنعم الله بها عليك. روحك هي معبد مقدس لله. ويجب عدم السماح لظلام الجهل بتدنيس ذلك المكان الطاهر. فما أروع أن يكون المرء في وعيٍ الروح، عزيزاً كريماً، آمناً مطمئناً! لا تخشَ شيئاً ولا تكره أحداً. امنح محبتك للجميع. اشعر بمحبة الله وابصر وجوده في كل الناس، ولتكن رغبتك الأقوى حضوره الدائم في قلبك. تلك هي الطريقة للعيش بسلام وطمأنينة في هذا العالم. إنما من الصعب تذوق هذا الرضاء الذاتي ما دامت رياح الرغبات العاتية تعصف في واحة القلب وتهز أشجارها هزاً عنيفاً.

تتشكل الرغبات طبقاً لبيئة الشخص. فهي وليدة مدركاتنا الحسية ومحدودة بمحدودية تلك المدركات. إن حضور معرض ريفي يحقق الرغبة في بعض الإثارة، لكن بعد أن تكون قد زرت معرضاً عالميا وشاهدت كل المعروضات المختلفة يفقد المعرض الصغير رونقه وقوته الجاذبة. وهكذا يجب أولا أن نتذوق فرح التواصل مع الله حتى نتمكن من المقارنة بين ذلك الفرح والمباهج الأرضية الأقل شأناً. عندئذ ستكون الرغبات ذات طبيعة أسمى. الرغبة لا نهاية لها، إذ ما أن تتحقق رغبة حتى تحل محلها رغبة أخرى. لكن عندما تعثر على الله تتحقق رغباتك كلها.

"اطلبوا أولاً ملكوت الله وبره، وهذه كلها تعطى لكم. (وما عند

الله خير وأبقى.) فلماذا لا نطلب أولاً تحقيق تلك الرغبة العظمى ونحصل من يد الله الكريمة على الأفضل والأكثر دواماً؟!

عندما يستجيب الله لدعاء المريد في التعرف عليه ستتحقق كل رغباته الأخرى على الفور وللأبد.

يظن البعض أن لا رغبات لديهم. طيّب!

لقد لاحظت ما يحصل غالباً عندما يذهب الناس إلى السوق. قد لا تكون لديهم رغبة في شراء شيء بعينه، لكن فجأة يلفت انتباههم شيء ما فيفكرون "أي والله لازم أشتريه!"

وإن لم يشتروه في تلك اللحظة يبقى يراود أفكارهم ليل نهار إلى أن يشتروه أخيراً حتى ولو اضطروا لاقتراض المال. يفرحون به لبعض الوقت لكن بالتدريج يخبو رونقه وتتضاءل البهجة في امتلاكه فيرغبون في شيء آخر، وهلم جرّاً.

أحياناً نقابل شخصاً يقول: "آه لو عندي مبلغ كذا من المال (أو سيارة من طراز خاص أو مسبح أو.. أو..) وما أن تتحقق تلك الأمنية حتى يبزغ شوقٌ آخر لشيء جديد.

الرغبات البشرية ناقصة بطبيعتها ولذلك فإنها تعجز عن تحقيق السعادة الكاملة لأصحابها.

العالم سيحاول صدك عن التذكر بأن الرغبة الوحيدة الجديرة بالإعتبار هي العثور على الله. ولكن يجب أن تذكّـر نفسك بهذا كل يوم. عندما يقرر الإنسان الإقلاع عن التدخين أو عدم تناول الطعام بشراهة أو عدم الكذب أو عدم الغش فيجب أن يكون حازماً في مقرراته وألا يضعف. البيئة السيئة تمتص الإرادة وتوهنها وتخلق في الشخص رغبات خاطئة. تأخذ منه أفضل ما لديه وتعطيه أسوأ ما عندها. من يعش مع اللصوص يظن أنها تلك الطريقة الوحيدة للعيش. ولكن مصاحبة الأخيار توجه الفكر نحو الأمور السامية بحيث تعجز الرغبات الخاطئة عن إغراء الإنسان. كل شيء خاضع للتغير والتقلب في هذه الحياة. لكن بضعة لحظات من التأمل العميق أو مطالعة المواضيع الروحية النقية والتأمل عليها ستكون بمثابة رافدة من الإلهام تنقل الباحث الجاد عبر محيط الخداع والأوهام إلى الشواطئ الإلهية حيث (لا يمسهم فيها نصَبٌ وما هم منها بمُخرجين.)

(أعِدّتْ الراحةُ الكبرى لمن تعِبا   وفازَ بالحقِّ مَنْ لمْ يألـُهُ طلـَبا)

السعادة الحقيقية تكمن في الشوق لله ومداومة التفكير به. ومع المثابرة يأتي وقت يصبح فيه الفكر ثابتاً غير متأرجح بحيث تعجز أعظم بلية جسدية أو عقلية أو نفسية عن تحويل وعيك عن الله. أليس مدهشاً أن يحيا الإنسان بوعي الله والتفكير والشعور به كل حين، وأن تبقى في معقل حضوره الذي لا يُقحم، حيث لا يستطيع الموت ولا أي شيء آخر سلبك سلامك الباطني؟! (الذين آمنوا وتطمئن قلوبهم بذكر الله، ألا بذكر الله تطمئن القلوب.)

عندما تمسي محصناً ضد كل الشهوات تكون مستمتعاً بالحضور الأبدي.

غريبة هي هذه الحياة، إذ كل شيء خاضع للتغيير. لهذا يجب ألا يرسي الإنسان قارب سعادته على شواطئ هذه الحياة ذات الرمال المتحركة. إن زمننا سيزول، وما يراه الآن سيصبح في خبر كان يوماً ما. لا بأس من التغيير ما دمت لا تسمح له بإيذائك. وعندما يؤذيك فالثورة النفسية التي تشعر بها هي رسالة لك على عدم امتلاك الرغبات. عندما تكون آمناً في الروح الإلهي تستمتع بكل شيء لكن دون تعلق أو ارتباط. لذلك فإن بذل المجهود للتعرف عليه هو أمر في غاية الأهمية لمن يهمه الأمر، وإلا فالحياة مخيبة للظنون، محطمة للآمال بكيفية مريعة.

عندما عدت إلى الهند سنة 1935 كنت أأمل في زيارة الأمكنة التي أحببتها في مرحلة الطفولة، لكنني رأيت لدى وصولي أن كل شيء قد تغيّر. فمسرح الحياة أعيد ترتيبه بكيفية مختلفة. وأكبر خيبة وصدمة كانت عندما زرت بيتي القديم في أيكابور حيث كنت ألعب وأشاهد الطيور. فشجرة واحدة بقيت من بين كل ما كنت أذكره. تلكم هي الحياة! الأشياء المألوفة العزيزة تغيب عن أبصارنا الواحد تلو الآخر. كنت على استعداد لبذل كل ما لدي في سبيل مشاهدة بيتنا مثلما كان زمن الطفولة. ومع ذلك فقد حقق الله أملي، إذ رأيت البيت فيما بعد مجسداً في الرؤيا، حيث سبحنا في البركة ثم صعدت إلى الطابق

الثاني واستلقيت على السرير وأكلت المانغو، تماماً مثلما كنت أفعل منذ سنين عديدة قبل ذلك.

يجب فحص وتمحيص الرغبات بدقة كبيرة الآن، وفرزها جيداً والاحتفاظ فقط بالصالح منها، وعدم السماح حتى لتلك الرغبات الطيبة بخنق الرغبة الأهم في الله.

تلك الرغبة يجب أن تبقى حية ومتوقدة وألا يُسمح لها بالهمود أو الخمود. الإنسان واقع تحت وهم كبير عندما يطلب من الله كي يحقق رغباته الأرضية ولا يطلب منه أن يعرفه على ذاته. تصور ابناً دائم الطلب من والديه كي يحققا طلباته، وما عدا ذلك لا يسأل عنهما ولا يفتكر بهما. ذلك عقوق ونكران للجميل، وفي ذلك درس للمتفكرين.

عندما يُطبق كتاب الحياة هذا لن يرافق المرء سوى المعرفة الروحية التي اكتسبها في حياته إبان إقامته الأرضية الموقوتة. لذلك يجب أن يبقى الله نصب عينيه وأن يداوم التفكير به وألا يغفل عن ذكره إن كان مهتماً حقاً بمستقبله الروحي.

عندما نكون على اتصال مع الله سنجد أن كل الرغبات قد تحققت بكيفية غامضة. ولكن يجب أن نطلب الله أولا. إنه كريم وقد وهبنا كل شيء، ولكن لن نعثر عليه إلا عندما لا نبقى قانعين بعطاياه بل نتوجه إلى العاطي نفسه. وسنتعرف عليه ما دمنا صادقين في مسعانا، جادين في رغبتنا في التقرب منه وملامسة حضوره المبارك.

أصعب عقبة تواجه الإنسان هي ذاته. فعندما يحاول الجلوس بهدوء والتفكير بالأمور الروحية تبزغ الأفكار الدنيوية فجأة لتصده عن قصده وتحول دون تحقيق مبتغاه. يجب أن يتدرب على التحكم بفكره وجسمه وبذلك سيحمل فردوساً نقالا في روحه. وفي الحياة أو الممات، وفي النعيم أو الجحيم، ستلازمه تلك السعادة العظمى.

يجب أن نصلي لله بعمق ونبثه شوقنا العظيم، طالبين منه بلغة القلب ولهفة الروح وهمس الوجدان كي يستمع إلينا ويستجيب. أما إن صلى الشخص بفتور وفكّـر في نفس الوقت بشيء آخر يعلم الله أن المقام الأول ليس مخصصاً له في نفس ذلك الإنسان فلا يستجيب.

يجب أن نمتلك الله أولا. الوقت هو الآن. يجب عدم الإنتظار لأن الأوهام قوية للغاية. العمر ينقضي بسرعة ومن العار أن يغادر الإنسان هذا العالم دون التعرف على غاية الحياة. يجب أن نتأمل كلما سنحت لنا لحظة فراغ. وحتى لو لم تستجب صلواتك مبدئياً لا تقنط من رحمة الله بل تابع الابتهال. صلّ بإخلاص وثق أن دعاءك سيستجاب.

لقد رأيت في حياتي أعظم البراهين على استجابة الله للدعاء. ولكن تلك الاستجابة يلزمها بذل المجهود، إذ لا شيء ذا بال يأتي بدون مجهود. التأمل ضروري لرفع الغطاء عن أسرار الحياة والنفاذ إلى مملكة الله.

العادات الرديئة والمشوشات الأخرى كلها ستحاول أن تزعزع جهودك وتوهن عزيمتك. لكن إن أردت أن تكون سعيداً احتفظ بفكرك متجهاً نحو الله وستجده قريباً منك.

الرغبات في الملذات الأرضية تخلق جذباً مغناطيسياً يشدّ الإنسان شدّاً إلى هذه الأرض حياة بعد حياة. العودة إلى التجسد تصبح غير ضرورية بالنسبة للذين حققوا رغباتهم في الله. فحيثما يرغبون في تحقيق أية أمنية يفكرون بذلك الشيء فيتجسد أمامهم. لقد ظهرت والدتي أمامي بعد وفاتها فتعزيت برؤيتها وشكرت الله على جوده. حقاً أنه أكرم الكرماء وأرحم الرحماء. فهو يحقق رغباتنا ليبرهن محبته وامتنانه لنا عندما نخصص له المكان الأول في قلوبنا.

عندما يتمكن الإنسان من التوصل إلى الله يصبح سيد الحياة وسيد القدر. يجب أن لا نهدأ قبل ترسيخ الكيان الإلهي في حياتنا. إنه سيمنحنا كل ما تشوقنا إليه وسيمتحننا.

التجارب والعقبات على الطريق الروحي كثيرة وكبيرة، لكن مع اجتياز تلك التجارب وتجاوز تلك العقبات يجب أن نقول: "يا رب، لقد استجبتَ لصلواتي وحققت أعظم أمنياتي فأصبح قلبي غنياً بحضورك وروحي مشرقة بنورك."

والسلام عليكم.

من أقوال المعلم برمهنسا يوغانندا

الناس يتذمرون من فكرة التخلي عن أمور معينة في الحياة مع أنهم في الواقع يتخلون عن أشياء كثيرة ذات قيمة ليس أقلها طمأنينة النفس، بل ويضحون أحياناً بأنفسهم من أجل المال الذي هو عرضة للتلف والزوال.

سلّموا أنفسكم لله وستجدون أن حياتكم أصبحت شبيهة بلحن إيقاعي جميل.

حولوا انتباهكم نحو الداخل من هذا العالم إلى مملكة الله ذات الاتساع العظيم الموجودة في داخلكم.

في سفينة السكون يمكنكم الإبحار إلى تلك الدنيا التي ما وراء أحلامنا حيث الينبوع الإلهي يتدفق دون انقطاع من أعماق القلب والروح.

ساعدني يا رب كي أقوم بأداء دوري في مسرحية الحياة بما يرضيك.. سواء كنت ضعيفاً أو قوياً، مريضاً أو معافىً. مشهوراً أو مغموراً، غنياً أو فقيراً.. مدركاً بأنك تحبني ولن تتخلى عني أبداً.

الثروة قد تؤخذ من الإنسان أو يؤخذ منها بمفارقة العالم ولا يستطيع أن يأخذها معه. القيمة الوحيدة تكمن في صرفها في الأعمال النافعة وفي إسعاد النفس والآخرين بما يرضي الله والضمير.

إن الذين لا يفكرون إلا بأمنهم وراحتهم ناسين أو متناسين احتياجات الآخرين هم في الواقع يغازلون الفاقة التي ستكون من نصيبهم يوماً ما. والذين يتشبثون بثروتهم بدلاً من استخدامها في أعمال الخير لا يجلبون إلى أنفسهم البحبوحة في حياتهم القادمة بل يولدون فقراء، برغبات ومشتهيات الأغنياء. أما الذين يشاركون الآخرين فيما لديهم من بحبوحة ورخاء يجذبون لأنفسهم الخير والوفرة أينما ذهبوا.

عندما تعطي المستحقين عن طيب خاطر ستجد أن الله معك دوماً ولن يتركك أبداً ولن تحتاج شيئاً... يجب ألا ننسى أن حياتنا تـُعال مباشرة من الله وعندما ندرك أن عقولنا وإراداتنا وأنشطتنا كلها تعتمد على الله وتستمد قواها منه سنحصل عندئذ على الإرشاد المباشر منه وسندرك أن حياتنا واحدة مع حياته اللانهائية.

التأمل يعطي البرهان على وجود الله. فحالما تُزيل تموجات الإحساسات من بحيرة العقل تنبثق الغبطة الإلهية من النفس. تلك الغبطة موجودة أصلاً في النفس لكنها مستترة بحجب.

يا رب سأستخدم قوة إرادتي وفكري لإنجاز الأشياء الصغيرة أولاً وبعدها أتحول إلى إنجازات أكبر.

حتى ولو تحققت كل الطموحات المادية فإنها لا تمنح مع ذلك سوى سعادة منقوصة. وبالعثور على الله سأكتشف خزانات الغبطة التي لا تنضب ولا تكف عن التدفق والجريان في بساتين الروح ومروجها الدائمة الخضرة

البيت: ميدان النصر الأعظم

إن صرَفَ الإنسان حياته في إثارة تلو الإثارة فلن يعرف طعم السعادة الحقيقية. يجب العيش ببساطة والتعامل مع الحياة براحة.. ومن المستحسن أن يختلي الشخص بنفسه ويقف مع ذاته بين الحين والآخر ويمارس السكينة النفسية التي فيها شفاء وانتعاش وتجديد للقوى.

إن كانت المشتتات حاضرة طوال الوقت ومنبهات أخرى تحاصر الحواس كل حين فستعاني الأعصاب نتيجة لذلك وتـُصرف كميات كبيرة من الطاقة الحيوية في اللاشيء، وستشعر النفس بالتوتر والضيق. كما ينبغي عدم الإهتمام الزائد بإصلاح الآخرين بل يجب على الإنسان أن يقوّم نفسه قبل محاولته تقويم الغير.

وليكن معلوماً أن البيت هو ميدان النصر الأعظم. فالشخص الذي هو ملاك في بيته سيكون ملاكاً في أي مكان.

إن عذوبة الصوت، والسلام الذي يوحي به السلوك النبيل تمس لهما الحاجة في البيت أكثر من أي مكان آخر.

مثلما يستحيل بقاء الظلمة حيثما يسطع النور، هكذا يجب أن تتلاشى ظلمة المرض عندما يشع نور الله في خلايا الجسم، وقلائل هم الذين يدركون هذه الحقيقة.

عندما يشعر الناس برغبة قوية في الشفاء، يبتهلون بقلوب متقلقلة أو بشعور من اليأس، محتسبين أن الله لن يصغي لصلواتهم. أو أنهم يدْعون لكن لا ينتظرون ليعرفوا ما إذا كان دعاؤهم قد وصل إلى الله.

مثلما لا يمكن الإستماع إلى الموسيقى المبثوثة في الأثير باستخدام جهاز استقبال معطل، هكذا لا يمكن التقاط اهتزازات الصحة والقوة والحكمة المنبثقة عن الله بجهاز نفسي معطل بالمخاوف والهموم وكل ضروب القلق والشكوك وعدم اليقين.

دعنا نتذكرك ونشكرك يا رب في الفاقة والرخاء، وفي المرض والشفاء، وفي الظلمة والنور، وفي كل الظروف. فلنتذكر بامتنان أيام العافية التي جدت بها علينا.. وساعدنا كي نفتح عيون الإيمان كي نبصر نورك المبارك الشافي من كل الأمراض والعلل.

أنا ربَّان سفينة تفكيري الخيِّر وإرادتي الطيبة ونشاطي النافع المثمر. سأوجّه دفة سفينة حياتي شاخصاً على الدوام إلى كوكب سلامه المتألق في سماء تأمُّلي العميق.

سأستخدم موهبة التفكير الخلاق كي أحرز النجاح في كل عمل أقوم به. الله سيساعدني إن حاولت أنا أيضاً مساعدة نفسي.

اليوم سأحرث حديقة الحياة بمجهود جديد وسأزرعها ببذور الحكمة والصحة والرضا والسعادة. سأسقي البذور بالإيمان والثقة بالنفس وسأنتظر العلي القدير كي يجود عليَّ بالمحصول العادل. أما إن لم أجنِ المحصول المنتظر فسأظلُّ مع ذلك شاكراً ممتناً لرضا الضمير في محاولتي بذل ما في وسعي.

سأحمد الله لأنني قادر على تكرار المحاولة إلى أنْ أحرز التوفيق بفضله تعالى. وسأشكره عندما أفلح في تحقيق أمنية قلبي الكبيرة. سأحاول أن أفعل فقط الأعمال النبيلة اللائقة محبة بمرضاة الله.

العالم يضج ويعج بالعواصف الطبيعية والبشرية، والله هو الدرع الحصين والملاذ الآمن من عواصف هذا العالم وأعاصيره وشروره. فحيثما وُجد الله لا وجود للخوف أو الأحزان. والمؤمن الحق يقف راسخاً وشامخاً في معركة الحياة ومصطرع الأحداث، موقناً أن الله معه يرد عنه الأذى ولا يتخلى عنه لحظة واحدة، فينعدم الخوف من قلبه ويحل اليقين بحماية لا تُقحم.

عدم الخوف يعني الإيمان بالله وبحمايته، والإيمان بعدله وحكمته ورحمته وحبه وحضوره الكلي.

الخوف يسلب الإنسان قواه النفسية ويشوش على العقل ويعيق ويعرقل وظائف القلب التوافقية. كما أن الخوف يخلق اضطرابات جسدية ويتسبب بأمراض نفسية. وبدلاً من الإستكانة للقلق والحصر النفسي يجب أن يؤكد الشخص لذاته بأنه آمن في حمى الله البصير السميع، مطمئن في حصنه المنيع، مشمول برحمته ورعايته.

وسواء كان الشخص في أدغال أفريقيا أو في ساحة الحرب أو يعاني من المرض أو الفقر يجب أن يقنع نفسه بأن يد الله أقوى من الخطر وقادرة على حماية المستجيرين به. لا توجد من طريقة أكثر فعالية للحماية. طبعاً يجب أن يستخدم المرء المنطق في تعامله مع الأحداث وفي نفس الوقت يثق ثقة تامة بالعون الإلهي. والإيمان لا يعني أبداً أن يكون الإنسان متهوراً ولا يتعامل بحكمة مع الظروف، إنما بغض النظر عما يحدث يجب أن يؤكد الشخص لذاته أن الله وحده قادر على مساعدته في الظروف الصعبة والعصيبة إن هو توجه إليه بقلبه وروحه وأحاسيسه جميعاً.

عندما تنهال المصاعب كالتيهور أي الانهيار الثلجي، فيجب عدم السماح لها بأن تشل الإرادة وتحجب الرؤية الدقيقة للأمور والتعامل معها بحنكة ومنطق، بل يجب الإحتفاظ بالإيمان بالله وبالإحساس الباطني البديهي، ومحاولة العثور على مخرج للنجاة، وسيتم العثور عليه بعونه تعالى. وستنصلح الأمور في نهاية المطاف لأن قوى الله وعجائبه محتجبة خلف تناقضات الحياة

البشرية، ومن لا يقتنع بحتمية الأوضاع ويحاول النفاذ بعقله وإيمانه إلى ما وراء الحجاب سيُفتح له الباب الذي بكل يدٍ مؤمنةٍ يُدقُ.

في الحياة ظلام دامس وأحياناً تتعثر الأقدام وتحجم عن الإقدام، ويجب أن نجعل نور الله مصباحنا الكشاف أثناء سيرنا على دروب الحياة المظلمة. الله هو بدر التمام في ليالي الجهل والظلام.. وهو شمس الإشراق في ساعات اليقظة، ومنارة الإرشاد ونجم القطب لعابري بحور ظلمات الوجود الأرضي الموقوت.

المشاكل ستتواصل في العالم، فإلى أين يمكن التوجه طلباً للإرشاد والهداية؟ أفكار المرء المستوحاة من عاداته وتحامله وأحكامه المسبقة وتعصبه لا تجدي نفعاً، ومؤثرات بيئته وعائلته وبلده أو عالمه لا قدرة لها على التوجيه الصحيح. ولذلك يجب التوجه إلى الله والإصغاء للصوت الهادئ الهادي الصادر من أعماق النفس المتناغمة مع الحق.

الفرق بين الإستذهان والإستبطان الروحي

إن برمجَ الإنسان نفسه بمعرفة نظرية سيصبح كجهاز تسجيل متنقل يكرر أقوالاً مأثورة ويردد عبارات سامية فيعتبره الآخرون عالماً متفقهاً. لكن مثل تلك المعرفة لا يعززها إدراك مباشر للحقيقة ولا يوازيها تحصيل روحي. هذا النوع من التثقف أو الاستذهان يُبقي "الأنا" مرتبطة بالعقل الحسي المقيد بدوره بالحواس المادية المحدودة. لا قدرة للمعرفة النظرية على اكتساب العلم الإلهي، ومن المستحسن ألا يصرف المرء وقته الثمين على نظريات لا يمكن تطبيقها على أرض الواقع وإلا سيجد نفسه في خضم أدغال فكرية كثيفة غير قادر على تخطي نطاق النظريات.

هذه العملية لن تفضي إلى معرفة الحقيقة لأن الحقيقة تكمن ما وراء الآراء والنظريات وكثيرون ممن ينتهجون هذا الأسلوب يصبحون مقيدين باستنتاجاتهم الذاتية.

إن استخدم الإنسان قواه العقلية لكسب المال والأمور المادية لا غير سينجذب وعيه إلى العالم المادي ويصبح مشتبكاً في تعقيدات لا نهاية لها. لذلك يقول الحكماء يجب على الإنسان ألا يكرّس كل قدراته العقلية التي وهبها له الله للبحث عن أمور زائلة وإلا سيفقد ذاته في متاهات المادة ويخلق لنفسه قيوداً ومحدوديات هو بغنى عنها، ويجب بدلاً من ذلك أن يستخدم قواه العقلية في تحصيل ضرورات العيش والسعي لتطوير ملكاته المعنوية بغية التمييز بين الخطأ والصواب والضار والنافع. وعندما ينمّي بصيرته الروحية سيتمكن من الإحساس بالله في داخله والتيقن من الحقائق الروحية المتوارية خلف حجب المادة الكثيفة وهذه الحالة تدعى الإستبطان الروحي.

مهما كانت شواغلنا يجب أن يحتل الله المقام الأول في حياتنا. ومن أهم مقومات النمو الروحي هو الهمس الوجداني المتواصل لله حيث ستلمس بنفسك تغيّراً إيجابياً رائعاً سيعجبك كل الإعجاب.

عندما يرغب الشخص في رؤية عرض ما، أو شراء ثياب أو سيارة جديدة، أليس صحيحاً أن عقله يكون منهمكاً طوال الوقت بتلك الأمور وكيفية تحقيقها أو الحصول عليها؟ ولن يهدأ باله ما لم يحقق رغباته، بل يظل يعمل دون توقف لتحقيق تلك الرغبات.

وهكذا يجب أن ينهمك عقل الإنسان بالتفكير بالله وستتحول إذ ذاك كل الرغبات الصغيرة الأقل شأناً إلى رغبة قوية للإحساس بالله والتواصل معه

عندما يهمس الفكر لله همساً وجدانياً حاراً نابعاً من أعماق نفس مشتاقة

سيلامس نداء الروح القلبَ الكوني، وستأتي الإجابة ومعها فرح عظيم

الهمس الفكري ينمي الإرادة، إلى أن تمتلك من القوة ما يكفي لتحقيق الهدف المنشود

عندما يتناغم عقل الإنسان وإرادته مع الله، فإنهما يُشحنان بقوة لا حد لها، بحيث يصبح مجرد التفكير بأمر ما كفيلاً بتحقيقه، لأن القانون الإلهي يعمل لصالح المتناغمين مع الإرادة العليا

إن جميع الإنجازات البارزة في حياتي تحققت عن طريق قوة العقل المتناغم مع الله. فعندما يكون مولـّد الكهرباء الإلهي شغالاً يتحقق كل ما أتمناه دون استثناء، إذ يرتسم أولاً كتصميم أثيري غير منظور ثم يتجسد بقوة لا تقاوم على أرض الواقع.

سر النمو

إننا ننمو من خلال كل تجربة نمر بها ما دمنا ندرك أن بمقدورنا استخلاص دروس نافعة منها. فلكل ما نختبره من ألم ومعاناة معنىً وغاية.

وبالرغم من قسوة التجارب، لكنها كالنار التي تصهر خام الحديد لتحوله إلى فولاذ جميل المنظر، قوي التحمّل ومتعدد الإستخدامات، وفولاذ الحكمة الذي نستخرجه بفعل نيران التجارب الحارقة هو شيء رائع. فالحياة تطهرنا بتحويل معادننا الخسيسة إلى عناصر نفيسة بحيث يمكننا أن نعيش في هذه الحياة كنفوس نقية بنقاء الجواهر، صلبة بصلابة الفولاذ، وفي نفس الوقت مرنة وقابلة للإنحناء دون التعرض للإنقصام تحت ضغوطات المحن والتجارب الصعبة.

عندما نرى وجوهاً مشوهة بالغضب، ممسوخة بالوحشية يجعلنا منظرها نرغب بطرد البشاعة من النفس التي لا يدنسها شيء كنوايا الشر والأحقاد الدفينة التي تحجب الصورة الإلهية المباركة في الإنسان مثلما يلوث السخام صفحة المرآة. فتصرفات الآخرين المؤلمة يجب أن توقظ بنا الرغبة لتحسين تصرفنا وضبط أنفسنا كي نكون سادة لأهوائنا الجامحة لا عبيدا لها

الكلام العذب ترياق عجيب للعديد من الأمراض وفيه قوة سحرية ومغناطيسية جبارة تجلب الكثير من الخيرات والبركات لصاحبه. فالذي يستخدم الكلام العذب المهدّئ للخواطر يشعر

بتيار خفي ينساب من خلاله دون انقطاع ويمتلئ كيانه بفيض من الطمأنينة لأن ذلك التيار متصل بمصدره الأعلى الدائم التدفق والجريان إلى النفوس المتناغمة مع ذلك المصدر، وسيتمكن من نقل سيّال السعادة إلى النفوس المتعطشة للسلام

كل يوم ينظر الإنسان في المرآة لرؤية وجهه لأنه يريد أن يظهر على أحسن ما يرام أمام الآخرين، فكم بالحري أن يقف يومياً مع ذاته ويحدّق في مرآة التحليل الباطني لمعرفة ما يكمن خلف المظاهر السطحية البراقة! فكل ما هو جذاب ظاهرياً يستمد جاذبيته من نفس الإنسان الباطنية. وما من شيء يلطخ مرآة النفس النقية كالتشوهات النفسية المتمثلة في الغضب والحقد والحسد والكراهية... ومن يحاول تحرير نفسه من هذه المركّبات الغريبة على طبيعة الروح سيشع نور الجمال الباطني من داخله

بالتحليل نكتشف أن مشاكل الإنسان هي ثلاثية: فهناك مشاكل واضطرابات تهاجم جسم الإنسان وأخرى تهاجم عقله وهناك صنف ثالث يسد منافذ الروح.

المرض والشيخوخة والموت هي الصعوبات التي يتعرض لها الجسد والعقبات التي تعترضه. أما الأمراض النفسانية فتغزو العقل عن طريق الحزن والخوف والغضب والرغبات الدفينة والتذمر والكراهية والوساوس العاطفية وحمّى الهيجان العصبي والسرطان النفسي الذي يشل القوى العقلية. أما المرض الأخطر فهو مرض الروح الذي يتمثل في الجهل الذي عنه تنبثق ومنه تنسرب باقي الأمراض

الخير أكثر من الشر في العالم

عندما تراودنا الشكوك فيجب أن نتذكر حياة العظماء. صحيح أننا كائنات بشرية لكن الله أيدنا بقوىً فائقة نادراً ما نستخدمها، فلمَ الإرتعاد خوفاً من الشيخوخة والمرض والحزن؟ يجب أن نفعل ما بوسعنا للعناية بالجسد، لكن ينبغي

عدم الإستسلام للمخاوف وعدم دفن أنفسنا تحت أكداس الجهل.

الجسد ليس الإنسان بكامله

الخير أكثر من الشر في هذا العالم لأن الله هو القوة العظمى. لكن عندما تأتينا الشرور نفكر أن لا قدرة لنا على التحكم بها والتحرر من قبضتها

عواصف الشر لا بد أن تهب، ولكن باستطاعتنا التخلص من مؤثراتها والترفع المعنوي عنها

لم نُمنح الحياة لكي تهلكنا الحياة، بل كي ترسّخ بنا وعي الخلود، ويجب أن نتذكر هذه الحقيقة

بدون حرية الفكر لا يمكن الإعراب عن النفس بكيفية نقية، تلقائية، وطبيعية. لا تنسَ أنك في جوهرك حر طليق. قوة الإرادة هي حرة على الدوام

إن استخدمتَ قوة إرادتك على النحو الصحيح فإنها ستخلق لك كارما جيدة، لكن معظم الناس لا يرغبون بالتبديل ولا يريدون بذل المجهود، فينهارون أمام المصاعب ولا قدرة لهم على مواجهة التحديات.

إن قيام الإنسان بكل ما يحلو له ليس حرية لأن الإنسان مقيد برغباته، ولذلك لا يمكن أن يُدعى تصرفه حرية على الإطلاق. الحرية الحقيقية معناها القيام بكل شيء بإرادة موجهة بالحكمة. باستطاعة الشخص التحكم بنتائج أعماله السابقة التي تتعقبه دون إبطاء إن قام بتفعيل إرادته واستخدامها في الأعمال الطيبة والنافعة. إن سيّرت أعمالكَ بالعقل وقوة الإرادة فإن قوى أعمالك الخاطئة السابقة ستضعف والعادات الناجمة عن أعمالك الطيبة ستتقوى.

إننا نرغب على الدوام بالأشياء التي لا نمتلكها ونتعلق بأمور غير جوهرية. وحالما يستحوذ علينا شيء ما نكون قد فقدنا حرية إرادتنا لبعض الوقت. وكما أن الشرقيين مستعبدون لعادات

قديمة هكذا الغربيون مستعبدون لعادات عصرية حديثة. إننا نصنع قدَرنا بأيدينا ونصبح مقيدين بأقدارنا

لماذا يولد طفلٌ ما في عائلة شريرة بينما يولد طفل آخر في عائلة طيبة؟ لقد استخدم كل منهما حريته للعيش بكيفية ما في الماضي (في حياة سابقة) وبذلك جلب لنفسه تلك الظروف في هذه الحياة

لا توجد حرية حقيقية بدون الله. يجب أن نفكر به على الدوام. ومهما كانت مشاغلنا وتفكيرنا يجب أن يحتل الله المقام الأول في قلوبنا، وعندما نتوافق معه حقاً ستُعطى لنا القدرة على إنجاز ما يتعين علينا إنجازه، في أي وقت، بعونه تعالى

نصائح للمريد

سأل أحد التلاميذ المعلم برمهنسا كي يعطيه بعض نصائح في تطوير الذات فقال: إن أردت أن تكون محبوباً فابدأ بمحبة الآخرين الذين يحتاجون إلى محبتك

وإن كنت تتوقع من الآخرين أن يكونوا مخلصين معك أوفياء لك، فكن مخلصاً معهم وفياً لهم

وإن رغبت في أن لا يتصرف الآخرون بخبث ودهاء، فلا تسمح للمكر بالتسرب إلى أفكارك، ولا تتصرف على نحو يؤذي الآخرين

وإن أردت أن يتعاطف الغير معك فابدأ بإظهار التعاطف نحوهم، لا سيما تجاه الذين من حولك

وإن رغبت في أن يحترمك الآخرون، فعليك أن تبدي احتراماً نحو الصغير والكبير منهم

وإن أردت السلام من الآخرين، فيجب أن تحيا حياة يسودها الوئام

وإن رغبت في أن يكون الناس متدينين، فكن روحيّ الطباع ودع الآخرين يشعرون، أنك قدوة حسنة وبإمكانهم الركون إليك والوثوق بك

وباختصار، فكل ما تريد أن يبديه الآخرون من مزايا طيبة، أظهره في حياتك أولاً، وستجد أن الناس يتفاعلون معك بنفس الكيفية.

إن استطعت التعرف على المجالات التي تحتاج إلى تطوير وإصلاح في حياتك دون أن تشعر بالتثبيط أو تنمي عقدة النقص.. وإن عملت باستمرار على تحسين شخصيتك، عندئذ سيكون الوقت التي تمضيه أجدى وأكثر نفعاً مما لو صرفته في التمني بأن يحسّن الناس أنفسهم. إن لمثالك الحسن وتصرفك السليم قدرة أكبر على تغيير الآخرين من مجرد تمنياتك وغضبك وكلماتك.

يا رب، أنت منبع الخيرات ومصدر كل القوى. باركنا كي نظهر نعمك علينا في صحتنا و طموحاتنا الفكرية وفي تعبيراتنا الروحية. أنت الوهج في النجوم والطاقة في الذرات والطيبة في القلوب والجمال في الصدق... ساعدنا كي نشحن أنفسنا بقوّتك العظمى.. بحكمتك اللامتناهية وبأصالتك التي لا حد لها.

دعنا ندرك يا رب أنك ينبوع الصحة ومحيط الحياة ومنبع كل فهم ومعرفة. حررنا من الجهل وآثاره ومن المخاوف والهموم وليجرف طوفان حكمتك كل حطام وركام من حياتنا.

مزّق يا رب الحجب التي تواري وجهك عنا. دعنا نبصرك نوراً شديد السطوع كشموس لا حصر لها في أفق حياتنا.. ودعنا نشعر بك كقوة دائمة التجدد تلهم أفكارنا، وتغذي أرواحنا، وتعيل أجسامنا، وتحقق أحلامنا.

أوم، آمين.

معظم الناس لا يعرفون السبب من وجودهم على هذه الأرض، ويظنون أن غاية الحياة هي تحقيق الرغبات وتحصيل

ضرورات العيش والتماس المتع والحب البشري، والإستسلام للداعي الأخير في نهاية المطاف.

يبدأ الناس حياتهم مبرمجين بميول معينة، ورغبات لم يتم تحقيقها في الماضي ويحاولون – بما تبقى لهم من إرادة حرة – تقليد رغبات وتصرفات أحدهم الآخر، فإن خالطوا رجال أعمال، يريدون أن يصبحوا مثلهم، وإن عاشروا فنانين، يصبح الفن كل شيء بالنسبة لهم

الله يريدنا أن نكون عمليين في هذا العالم، فقد منحنا جوعاً يقتضينا العمل من أجل إشباعه لكن البحث عن الطعام والمأوى والمال والممتلكات لا غير يعني أن ينسى الإنسان مصدر سعادته.

صحيح أنه يتعين علينا أن نعمل من أجل الحصول على احتياجاتنا وأن نسعى لتحقيق أهدافنا المشروعة ولكن يجب أولاً وقبل كل شيءأن نفتح قلوبنا لله ونطلب هدايته ورضاه فيما نفعله عندئذ لا بد أن ننجح في مدرسة الحياة لأننا سنتلقى توجيهاتنا من المدير والمدبر الأعظم الذي يعرف ما نحتاجه وما هو الأفضل بالنسبة لنا. ولذلك يجب أن نضع ثقتنا به ونمتثل لإرادته الحكيمة.

من محاضرات المعلم برمهنسا

عندما تعلو سعادة النفس الكامنة في أعماق الذات طبقة كثيفة من المتع الحسية الزائلة يخبو وهج الروح الذهبي وتتوارى قدرات النفس الشفافة خلف كثافة المادة. وعندما ينجذب عقل المرء إلى الغيرة والحسد وتغلفه غيوم المخاوف والهموم يصبح تعيساً بائساً ومغلوباً على أمره. ولكنه عندما يوجّه نفس الانتباه نحو المحبة والسلام والإنسجام يشعر بسعادة فائقة.

النفس تشعر بالسعادة عندما تتحول من الشهوات الجسدية الممزوجة بالمعاناة والشقاء إلى مزايا الروح الشفافة العابقة بالمباهج الراقية.

إن انغمستْ النفس انغماساً تاماً بالملذات الدنيوية الخشنة تصبح غير مهتمة بالبحث عن المسرات العليا وغير قادرة على تذوق أفراح الروح. كثيرون قد يجادلون بأن التخلي عن المتع المادية هو أمر أقرب إلى المستحيل في هذا العالم أو أثناء العيش مع أشخاص تتمحور أفكارهم حول الشؤون المادية البحتة، لكن من غير المطلوب من الإنسان العادي أن يهجر العالم ويذهب إلى الجبال والغابات كي يعثر على الطمأنينة والسلام بل يتعين عليه أن يكون في هذا العالم دون أن يدع تياراته القوية بأن تجرفه كيلا تطغى عليه أمواج الدنيا الصاخبة.

يجب ألا يكون الشخص سلبياً تجاه محيطه، وفي نفس الوقت يجب ألا يسمح للماديات بأن تعمي بصيرته حتى لا يفقد الصلة بطبيعته الروحية ويصبح غير قادر على تذوق مباهج الغبطة ومعاينة الأنوار الإلهية.

الحياة بجوهرها ومكوناتها وأهدافها، هي لغز صعب فهمه لكن لا يعصى على الحل، وبتفكيرنا التقدمي نقوم يومياً بحل بعض أسرارها.

الأجهزة القائمة على أسس علمية دقيقة في هذا العصر، تبعث بكل تأكيد على الإعجاب، والإكتشافات التي يأتي بها العلم تمنحنا رؤية أوضح، عن الطرق التي يمكن بواسطتها تحسين العيش. لكن بالرغم مما لدينا من أجهزة ومخترعات واستراتيجيات، يبدو أننا ما زلنا كالدمى في يد القدر، وأن الطريق لا يزال طويلاً أمامنا قبل أن نتحرر من سيطرة الطبيعة.

بكل تأكيد أن العيش تحت رحمة الطبيعة ليس حرية، فعقولنا المتحمسة يطغى عليها ويكبلها إحساس من العجز، عندما نشعر أننا ضحايا الفيضانات أو الأعاصير أو الزلازل، أو عندما تختطف منا الأحداث – دون سبب منطقي - أحبتنا القريبين من قلوبنا، فندرك عندئذ أننا لم نحقق الكثير من الإنتصارات، ولم نتمكن من التغلب على الظروف المعاكسة، إذ بالرغم من كل جهودنا لجعل الحياة كما نريدها أن تكون، ستظهر دوماً ظروف معينة على هذا المسرح الأرضي، وأحداث يوجهها عقل جبار لا

نعرف عنه الكثير، يعمل بمعزل تام عن آرائنا وإرادتنا، وأفضل ما يمكننا القيام به هو العمل وإدخال بعض التحسينات.

إننا نزرع القمح ونصنع الطحين، لكن من الذي خلق البذرة الأولى؟ نأكل العيش أو الخبز المصنوع من الطحين، ولكن من الذي منح أجسادنا القدرة على الهضم وتحويل الطعام إلى غذاء؟

في كل ركن من أركان الحياة يبدو أن هناك يداً إلهية لا غنى عنها ولا يمكننا تسيير أمورنا بدونها، وبكل ما نملكه من يقينيات لا نعرف متى سيتوقف القلب عن أداء وظيفته. من هنا تبزغ ضرورة الإتكال الجريء على القوة الإلهية العظمى والإعتماد على ذاتنا العليا، المنبثقة عن تلك القدرة الكلية التي نحن مصاغون على مثالها.

يجب أن نمتلك إيماناً متحرراً من الكبرياء، وأن نسير بثقة على دروب الحياة

دون ذعر وارتعاد، ودون ضيق وانحصار.

التعامل مع الحساسية

التغلب على الحساسية هو من الفنون الدقيقة، والتحكم بسرعة التأثر أمرٌ مهم من أجل تنمية شخصية وازنة متوازنة.

تنجم الحساسية عن سوء الفهم وعقدة النقص، وعن الكبرياء المنتفخة و (الأنا) المضخمة.

عندما يفكر الشخص بأن مشاعره قد تعرضت للرضّ تسري تلك الفكرة في عقله فتثير أعصابه التي تتوفز بدورها وتتمرد.. فتشتعل نيران الغضب في قلبه بسبب المشاعر المرضوضة، ومع ذلك هناك أشخاص لهم القدرة على التحكم بانفعالاتهم فلا تظهر أعراضها بالرغم من احتدام الغيظ في داخلهم. آخرون يظهرون انفعالهم من خلال ردود فعل فورية تبدو في عضلات العينين وقسمات الوجه، ومن خلال ردود لفظية قاطعة كالشفرة.

إن للتأثر المفرط مضاعفات خطيرة، فهي تزيد الموقف تعقيداً وتخلق اهتزازاً غير مستحب يؤثر سلباً على الآخرين.

يجب بذل المجهود لضبط النفس والتحكم بالأعصاب، ونشر هالة من الفهم والتفاهم تشحن الجو بالسلام بدل الإحتدام وتبدد منه أبخرة التوتر. ومن يفعل ذلك يكون سيد نفسه وسيكافئه الآخرون من حوله بالتقدير والإحترام.

الحساسية المفرطة ميزة يشترك فيها معظم الناس، وعندما تثور هذه العاطفة غير المنطقية فإنها تعمي البصيرة وتسمل عينيّ الحكمة. والأدهى من ذلك، فإن الشخص سريع التأثر يظن أنه يفكر ويشعر ويتصرف على نحو سليم لا غبار عليه، مع أن سلوكه قد يكون مغلوطاً جملة وتفصيلا!

كثيرون يعتقدون أنه يتعين عليهم الإشفاق على أنفسهم عندما يوجه لهم النقد، وذلك التعاطف الذاتي يجلب لهم بعض التنفيس. لكن مثل هؤلاء كمدمني المخدرات، كلما تعاطوا جرعة جديدة كلما زاد إدمانهم.

إن الشخص سريع التأثر غالباً ما يتألم دون طائل. وفي معظم الأحيان لا أحد يعرف سبب معاناته أو طبيعة تظلمه، فيزداد حسرة في عزلته الداخلية التي يفرضها على نفسه بنفسه. لا يمكن تحقيق شيء بالاجترار الصامت لما يعتبره الشخص إساءة تعرّض لها أو نقداً وُجّه إليه. ومن الأفضل التخلص من مسببات تلك الحساسية المفرطة بالتحليل الموضوعي وبتفعيل ضبط النفس.

لهذا النوع من الحساسية غير الصحية أضرار بالغة، فهي تلتهم القلب كالنار وتدمر أنسجة السلام، ولذلك يتوجب التعاطي معها بحكمة ومنطق وإرادة حازمة.

***

إنني أعمل بجد واجتهاد لخدمة الجميع ولكن عندما أعتكف للتأمل بمفردي لا أسمح لأحد بأن يشوّش على تأملاتي. الأمور

الأخرى تنتظر أما الموعد اليومي مع الله فيجب عدم إهماله أو إغفاله.

قبل الإقدام على عمل ما، توقف وتفكر ملياً بالنتائج ومدى تأثيرها على نفسك وفكرك وجسمك. فالتصرف الناجم عن دافع إكراهي ليس تحرراً لأن نتائج الأعمال المخالفة لقانون التوافق والإرتقاء ستقيد الفاعل.. أما القيام بالأعمال التي يقرها التمييز ويرتاح لها الضمير فهي حسنة وتجلب الحرية لصاحبها.

عندما تعتزم القيام بأمر حسن، أو الامتناع عن فعلٍ شيء سيء، وتتمسك بذلك القرار وتعمل بموجبه فاعلم أن حظك من الحرية وفير.

يريدنا الله أن أن نستخدم حرية الاختيار الممنوحة لنا كي نبحث عنه ونعثر عليه لكنه لا يريد أن يفرض نفسه علينا.

الرغبة في التقرب من الله والتعرف عليه لا تأتي من تلقاء ذاتها بل يتعين تفعيلها وتنميتها، وبدون تلك الرغبة لا قيمة ولا طعم للحياة.

دع بصيرتك الروحية توجه تفكيرك وسيحالفك النجاح حيثما توجهت.

لله كرّست صوتي ويديّ وقدميّ وقلبي وجسدي ومشاعري وإرادتي .. وكل شيء.

المحبة هي السلاح الروحي الذي ينهي كل الحروب.

ما وراء هذه الأرض هناك عوالم لا محدودة حيث سنلتقي ثانية بأولئك الذين حسبنا أنهم فارقونا للأبد.

هذه الحياة الدنيا دائمة التقلب.. كآبة تتلوها كآبة.. وأوهام من خلفها أوهام. يجب أن يتلاشى هذا السراب المترائي على صحراء وعينا ويجب أن نبتعث ذاتنا الحقيقية من تحت حجب المادة الكثيفة.

لا تحاول أن تبني آمالك على هذه الحياة. أين ضمانك؟ إنك آمن فقط عندما تتحصن في معرفة الله.

جوهر النفس يشبه الذهب العتيق المطمور تحت التراب، وعند إزاحة التراب عن الذهب وغسله بماء التأمل يتوهج من جديد بكل نقاء وصفاء.

دعنا يا رب نبصر ما هو حسن.. وأن نفكر الأفكار السليمة.. وأن نخالط ذوي السيرة الطيبة.. وساعدنا كي نفكر بك ونتأمل عليك يا من أنت نبع كل صلاح ومصدر كل خير.

التحرر من الضعف

إن أفضل طريقة للتخلص من الضعف هي عدم التفكير به وإلا ستكتسح فكرة الضعف الوعي وتستبد بملكات النفس. عندما نجلب النور إلى داخلنا ستتبدد الظلمة كما لو لم تكن.

تلك الفكرة تجلب لي إلهامات رائعة.

عندما يتم إدخال النور إلى كهف استوطنته الظلمة منذ آلاف السنين ستتبدد الظلمة على الفور. وبالمثل، تتلاشى نقاط الضعف ومعها الأخطاء عندما نسمح لنور الله بالدخول إلى وعينا ولن تتمكن ظلمة الجهل من البقاء. تلك هي الفلسفة التي يجب أن نحيا بموجبها.

التسويف لا يجدي نفعاً.. فدولاب الحياة لا يتوقف وأيام العمر تمضي متسارعة.. وكل دقيقة نصرفها في التفكير النيّر والتصرف السليم هي استثمار ناجح ورابح في مجال سعادتنا.

كثيرون يصرفون العمر كله بالتفكير في المال والجنس والشهرة ونادراً ما يركّزون على الأمور الجوهرية التي تجلب لهم الطمأنينة وترفع وعيهم إلى مستويات أعلى.

مهما كان الدور الذي يلعبه الإنسان متواضعاً فإنه يعتبر ناجحاً في نظر الله إن هو عرف كيف يصرف وقته بحكمة ويوجّه أفكاره في مسارات صحيحة.

عندما يشرق نور الله على الإنسان لا يشعر أنه بحاجة لشيء لأن الفرح الذي يغمره يحقق كل أحلامه ويجعله يحس في قرارة ذاته أنه أغنى الأغنياء وأسعد السعداء في هذه الحياة.

نفق النور

من يتيقظ به الوعي الروحي بالأفكار النيرة والأعمال الخيّرة والمشاعر الطيبة والتأمل العميق يمكنه الإحساس بمغادرته الجسد وقت الرحيل النهائي عن طريق العين الروحية. اليوغي يمارس أثناء إقامته الأرضية رؤية نفق العين الروحية عند الحد الفاصل بين المادة والروح ويستطيع لحظة مغادرة الأرض دخول هذا النفق المضيء والإنتقال من هذه الدنيا إلى فضاء الله اللامتناهي حيث النور والفرح والسلام والحرية المطلقة.

{نور على نور}

{مصباح الجسد هو العين [الروحية]

فإن كانت عينك وحيدة If thine eye be single

فإن جسدك كله يكون مليئاً بالنور}

{والنور يسطع في الظلام والظلمة لم تعرفه}

الإيثار هو أن نشعر بأحزان الآخرين وأن نقترب منهم ونتواصل معهم ونحاول صادقين تعزيتهم في مصابهم وأن نفرح لفرحهم ونعمل على قدر طاقتنا لإبعاد شبح الخوف والعوز والقلق عنهم.

من يمتلك روح الإيثار لا يعمل وفق حسابات وتوقعات محدودة بل يستخدم بصيرته وحكمه الصائب ويمضي في مساعدة نفسه والآخرين شاكراً الله على ما يحققه من نجاح، وإن أخفق مرة أو مرات لا يشعر بالإحباط بل يزداد تصميماً فيضاعف الجهود ويكرر المحاولة مستكشفاً أفكاراً وقنوات

جديدة، مسترشداً بنور العقل، مستعيناً بالله إلى أن يحقق مبتغاه ويبلغ مقصده النبيل.

إن من يعمل على إسعاد الآخرين يسعده الله بإحساس باطني من الراحة النفسية وإن فقد شيئاً في سبيل الذين يحاول مساعدتهم لا يحسبها خسارة لأنه يكسب في المقابل رضا الله وراحة الضمير.. فهو يعيش ليحب ويعمل ويعطي ويزرع بذور الخير والسلام في حقول الإنسانية.

من يتجاوز في تفكيره وأحاسيسه عالمه الشخصي يتمدد وعيه ويزداد تعاطفه ويشعر أن العالم بيته والإنسانية أسرته ويدرك أن الغاية من وجوده على هذه الأرض هي إصلاح ذاته قبل أن يحاول إصلاح الآخرين لأن من يصلح ذاته يساعد الآخرين على إصلاح أنفسهم من خلال مثال حياته فالأفعال أعمق أثراً وأبلغ وقعاً في نفوس الآخرين من الأقوال.

محطات قصيرة

بريق الإخلاص:

بعض الناس يحاولون التخلص من مشاكلهم بالإبتسام لكن هذا النوع من التخلص من المشاكل يلزمه ضمير نقي لا يأوي رياءً ولا مكان فيه للمخادعة. عندما يتعامل المرء بصدق مع نفسه ومع الآخرين ويتصرف بنبل وشهامة تصفو عيناه فينبثق منهما شعاع فريد هو بريق الإخلاص الذي لا يمكن أن تخطؤه العين.

الصراحة:

وبعض الناس يتلفظون بأشياء كثيرة باسم الصراحة لكن لا يمكن التحدث بكل شيء لكل إنسان. فعندما تقدم النصح والإرشاد للبعض يسيؤون فهم كلماتك ولا يستفيدون شيئاً مما تقوله وهذا جهد ضائع وسعي غير مشكور. السكوت في مثل هذه الحالات هو من ذهب لكن هذا لا يعني بأي حال السكوت عن الخطأ.

الإنسجام الذاتي:

الإنسجام مع الذات أمر في منتهى الروعة. معظم الناس يعلمون كم هو من الصعب الإنسجام مع الآخرين ولكن هل فكرت يوماً بالإنسجام مع نفسك؟ ذلك صعب للغاية إنما ممكن. إن حللت نفسك لوجدت أنك في خصام دائم مع ذاتك. وإن لم تحب نفسك فلن تحب أحداً. وإن لم يعش المرء بانسجام مع نفسه فكيف يمكنه أن ينسجم مع غيره؟

الإنسجام مع الذات هو عنصر حيوي للإنسجام مع العالم. لذلك من الأهمية بمكان أن تقدّر نفسك حق قدرها وتحبها لأنها تستحق منك الحب. يجب أن يحب الإنسان نفسه لأن الله خلقه وأنعم عليه بإمكانات سامية.. ومحبة تلك النفس المعنوية أو ذلك الجوهر الزاخر بكل الخلال الكريمة هو ما يلهم المسلك النبيل وينقي الفكر من الشوائب والقلب من الضغائن والأحقاد.

معايرة البوصلة الأدبية:

لا يمكن أن يخادع المرء ضميره أو يبرر تصرفاته الخاطئة أو يفلت من تبعات سلوكه المغلوط حتى ولو أتيح له الإنتقال إلى كوكب آخر. فنتائج أفعاله تلازمه ويتعين عليه تصحيح مساره ومعايرة بوصلته الأدبية لتشير إبرتها دوماً نحو الإتجاه الصحيح.

بعض الناس يعيشون في أسوأ الظروف ومع ذلك فهم في توافق رائع مع أنفسهم وآخرون يمتلكون كل الفرص ولديهم كل ما يحتاجون إليه ومع ذلك هم في خصام مستدام مع أنفسهم، ولذلك يجب أن لا ينتظر المرء الظروف كي تتغير. أقنع نفسك أنك بخير بالرغم من بيئتك التي قد تكون مغايرة لما تتمناه.

من يضع نفسه تحت رحمة الظروف وينتظر حتى تتغير فسيطول انتظاره.

يحكى أن شخصاً كان يتقن ثماني عشرة لغة ومع ذلك كان فقيراً للغاية بحيث لم يقدر على شراء مصباح يقرأ على ضوئه. فكان يذهب إلى إحدى الزوايا ويجلس تحت ضوء الشارع ليقرأ. حقاً أن الإرادة تبتكر الوسائل وتخلق الفرص وتجدد الآمال وتنجز الأعمال وتحقق الأماني والأحلام.

التواصل الفعلي مع العارفين بالله يمكن أن يتم عن طريق الاتصال الشخصي بهم أو القراءة التأملية لكتاباتهم أو التفكير العميق والودي بهم. والناحية الهامة التي ينبغي تذكرها هي التوافق مع وعيهم المتوافق مع الله.

عندما نناغم وعينا مع نفوس عظيمة مُحبة لله فإن ذلك التناغم يغيّر حياتنا تدريجياً على نحو في منتهى الروعة. هذا التناغم لا يستعبد الإرادة بل يوسع نطاقها ويعزز قواها. وهذا هو الفرق بين التناغم مع أشخاص مليئين بـ "الأنا" وبالتفكير فيما يمكنهم الحصول عليه ومع محبي الله والإنسانية الذين غايتهم العطاء وإيقاظ الحب الإلهي في نفوس المتناغمين معهم. ومغناطيسة هؤلاء المباركين تجعلنا على اتصال وثيق بالمغناطيسية الإلهية.

يجب أن نضع نصب أعيننا ونأخذ في اعتبارنا أنه أثناء بذلنا المجهود لتحقيق احتياجاتنا الخاصة يتعين علينا مساعدة الآخرين في الحصول على ما يحتاجون إليه ومقاسمة الأقل حظاً ما يصل إلينا من خيرات الحياة ولنتذكر بأننا جزء لا يتجزأ من الأسرة العالمية وأنه لا يمكننا أن نعيش بدون هذه الأسرة الكبيرة.

كيف ستكون الحياة بدون النجار أو المخترع أو المزارع وغيرهم؟ فمن خلال الأخذ والعطاء وتبادل الخدمات يريدنا الله أن نفكر بالآخرين ونتعاطف معهم ومن الخطأ الفادح أن يعيش المرء لنفسه دون الإهتمام بغيره. عندما نفكر بسعادتنا يجب أن نفكر أيضاً بإسعاد الغير. ليس مطلوباً منا أن نعطي كل ما لدينا من أجل رفاهية الأسرة العالمية لأن ذلك مستحيل، بل علينا أن نشعر بشعور الآخرين ونعمل ما بوسعنا لتقديم العون لهم والتخفيف من أعباء الحياة عنهم.

هناك علاقة بين النجاح وبين رضاء الروح، في سياق البيئة التي يعيش فيها الفرد

النجاح الحقيقي هو نتيجة للسلوك المتسق مع مبادئ الحق، ويشمل سعادة ورفاهية الآخرين كجزء لا يتجزأ من الرضاء الشخصي. ومن يطبق هذا القانون على حياته المادية والعقلية والخلقية والروحية سيجد أن هذا التعريف كامل وشامل للنجاح.

الناس يفكرون بالنجاح بطرق مختلفة اعتماداً على هدفهم في الحياة. وبين الحين والآخر يقرنه البعض بالسرقة كأن يقولوا "إنه لص ناجح"! وهذا يبين أن ليس كل نجاح هو نجاح مرغوب فيه، فنجاحنا يجب ألا يؤذي الآخرين.

وهناك مؤهلٌ آخر للنجاح، وهو جلب الإنسجام والنتائج الإيجابية، ليس لأنفسنا فقط، بل يتعين علينا مقاسمة تلك المزايا مع الآخرين أيضاً

إن بلوغ النجاح المادي لا يعني التمتع بما نستحقه وحسب بل يعني أيضاً أن لدينا مسؤولية أدبية تجاه مساعدة الاخرين كي يخلقوا حياة أفضل لأنفسهم. كل من عنده ذكاء يمكنه أن يكسب المال ولكن إن كان يمتلك الحب في قلبه فلن يتمكن من استخدام ذلك المال بأنانية بل سيتقاسم ما يمتلكه مع الآخرين.

المال يتحول إلى لعنة في أيدي البخلاء المقترين لكنه بركة ونعمة لذوي الأيادي السخية والقلوب الطيبة.

النفوس الطيبة تجذب نفوساً طيبة وتنجذب إليها

يجب أن نتعلم كيف نحب جارنا كنفسنا ولنتذكر أننا هنا في هذه الحياة لفترة وجيزة من بعدها نرحل إلى عالم آخر يتوقف مستواه على مستوى تفكيرنا ونوعية أفعالنا إبان إقامتنا الأرضية هذه.

من هم أقرباؤنا الحقيقيون؟ بالنسبة للحكيم الكل هم أقرباؤه وكل واحد "جاره". بالطبع، الحكيم قادر على التمييز ويدرك أنه مع أن الشمس تسطع بضيائها على قطعة الفحم

وقطعة الألماس لكن الألماسة، دون الفحمة تمتلك خاصية استقبال النور وإظهاره على نحو رائع. يجب أن يسعى الشخص لمصاحبة ذوي الأفكار والمشاعر التي بصفاء الألماس ويجب أن يصرف الوقت في البحث عن الأصدقاء الصادقين. من يعش حياة نظيفة وصادقة سيجلب إليه أصدقاء يتميزون بالنظافة والصدق، ومن يعش بغرائز حيوانية دون تمييز سيجلب إليه أصدقاء من نفس النوعية.

إن كنت تثمن المُثل الراقية والمبادئ السامية فمن المستحسن عدم مخالطة الأشخاص الذين لا يؤمنون بتلك المثل والمبادئ والذين يشوشون الأفكار ويعكرون المزاج حتى لا تعمل ذبذباتهم عل خفض مستوى ذبذباتك.. وفي نفس الوقت لا تستثنِ أحداً من دائرة محبتك.

وبالإضافة إلى ذلك يجب أن لا يعطي الإنسان الحب وحسب، بل عليه أن يصنع السلام أيضاً بحيث أينما ذهب يخلق الوئام والهدوء وينعش الحاضرين بوجوده الطيب بينهم. لا أحد يرغب بالإقتراب من ظربان نتن الرائحة – أعزكم الله - بل الكل يتحاشوه. وبالمثل فإن الشخص العصبي الإنفعالي اللجوج يضايق الآخرين وينفّرهم. نريد أن نكون كالورود الناضرة التي تنفح أريجاً طيباً يبهج الخاطر. فلنعمل على نشر عبير السلام ونفحات الخير أينما توجهنا وحيثما حللنا.

مملكة الله ليست وسط الغيوم أو في مكان محدد من الفضاء. إنها خلف الظلمة التي نراها عندما نغمض أعيننا وعندما نتأمل ونبتهل تنفتح بنا عين الروح الموجودة في الجبهة فنبصر نوراً مباركاً ونشعر بغبطة تتخلل كل خلايا الجسم ونحس بأن الحجاب قد رُفع وأن باباً سرياً قد فتح إلى مملكة الله.

الله هو فرح دائم التجدد وذلك الفرح كلي الوجود. يجب أن نشعر بتوحدنا مع ذلك الفرح الذي يسكن في داخلنا ويحيط باللانهاية.

خلف الحدود الإهتزازية للمادة الكثيفة يكمن الوعي الكلي اللانهائي الذي يفوق حد الوصف بكل مجده واتساعه ولامحدوديته. تلك هي مملكة السماء التي هي غبطة واعية أبدية ولا حد لها ولا انتهاء.

عندما تتوسع مدارك النفس، وتشعر بحضورها في كل مكان، تتوحد عندئذ مع الروح الإلهي

المجد للمطلق اللانهائي، المتربع على عرش الأفق، حيث تتصل السماء بالمحيط. والمجد للانهائي الفائق، المتربع على عرش السلام في داخلنا، بالتركيز على اللانهائي في داخلنا، يمكننا الحصول على قوته التي لا حد لها

المعرفة المتحصلة من دراسة الكتب أو من البشر هي معرفة محدودة، أما المعرفة المستقاة مباشرة من الله فتمنح قوة الحكمة وروعة اليقين وطمأنينة القلب وسلام الروح.

يا رب، علمني كي أصلي بتركيز عميق وكي أمزج التأمل بالأشواق الوجدانية.. وليتطهر قلبي يومياً بمحبتي الخالصة لك.

التحرر من قيود الكارما

كل عمل، عقلياً كان أم جسدياً، شعورياً أم لا شعورياً، له تأثير محدد على حياة الشخص. الأعمال السابقة، هي ليست فقط تلك التي قام بها الإنسان، منذ أيام أو شهور أو سنين، بل أعمال من حيوات ماضية أيضاً

{كُنْتُمْ أَمْوَاتًا فَأَحْيَاكُمْ ثُمَّ يُمِيتُكُمْ ثُمَّ يُحْيِيكُمْ ثُمَّ إِلَيْهِ تُرْجَعُونَ}

التأثيرات الحسنة والسيئة للأفعال التي يقوم بها المرء في حياته الحاضرة تبقى مخزونة في اللاشعور أو الوعي الباطن، والآثار التي يحملها الشخص (أو تحملها نفسه) من تجسدات سابقة، تكمن كبذور في اللاشعور، بانتظار الظروف المناسبة كي تنتش وتنمو في وقت محدد كارمياً. إن قانون الكارما الذي يوازن

الأمور، ينطوي على الفعل ورد الفعل، السبب والنتيجة، الزرع والحصاد.

كل إنسان يصمم بأفكاره وأفعاله قدَره بنفسه والطاقات التي يطلقها بحكمة أو بغباء لا بد أن تعود إليه كنقطة ابتداء تماماً كالدائرة التي تكمل نفسها بدقة متناهية. [والسؤال هو] هل يتعين على المريد الراغب أن يواجه - بالرغم عن إرادته - نتائج أفعاله السابقة كأمر لا مفر منه، أو ما يدعى بالمصير المحتوم؟ الجواب هو لا. الله هو ناموس ومحبة، والمريد الذي يتوجه إليه بشوق صادق وإيمان كلي ويوفق أعماله مع القانون الإلهي ويطلب حب الله غير المقيد بشروط سيحصل بكل تأكيد على اللمسة الإلهية المباركة التي تخفف الأحمال الثقال وتحسّن الأحوال.

لقد وضعنا الله في هذا العالم المحفوف بالأوهام ويعرف ما نعانيه وما يعترينا من تجارب ومحن.. والإنسان يضاعف الظلمة الداخلية للجهل الروحي عندما يعتبر نفسه غارقاً في الخطايا ولا قدرة له على انتشال نفسه من مغاصة المعاصي. الأفضل له أن يحاول تصحيح نفسه ملتمساً العون والحنو من قلب الرحمة الإلهية.. متعشماً الصفح من المعبود الودود ذي الحنان والغفران.

عندما ندرك صلتنا الوثيقة بالله فأية كارما يمكن أن تقيدنا؟ لا تدع أحداً يقنعك بأن آلامك ومصاعبك هي نتيجة كارماك فأنت كروح في جوهرك لا كارما لكَ، إنما يجب أن تدرك هذه الحقيقة بالتأكيد لنفسك أنك واحد مع جوهر الحياة والنور والقوى الكونية. إن أدركت هذه الحقيقة فلا خوف عليك، وسيفتح الله في وجهك أبواباً كثيرة، ويتيح لك فرصاً عديدة.

إن كنت غير مرتاح للكيفية التي تسير بها حياتك غيّر نمط تفكيرك واشحن أحاسيسك بطاقة إيجابية وستلمس الفرق بنفسك.

لا حاجة أن يتأوه الناس ويتحسرون على ما فاتهم وأن يعزوا ظروفهم التعيسة لأخطاء ارتكبوها في هذه الحياة أو في

الماضي السحيق لأن هذا نوعٌ من التهامل الروحي. يجب التحرك واقتلاع الأعشاب الضارة من حديقة الحياة وستنبت عندئذ أعذب وأنضر الأزهار وتعطي أحلى وأشهى الثمار من فضله تعالى.

التسليم لله لا يعني عدم استخدام إرادتنا لتحسين أمورنا وانتظار الله كي يسوّي أوضاعنا دون أي مجهود من جانبنا، فالله يساعد الذين يساعدون أنفسهم.

المقصود هو أننا نتعلم كيف نذهب إلى الله كي يوجّه إرادتنا ويبارك ويعزز مجهوداتنا الصحيحة وعندما نتخطى عقبة عدم الرغبة في التسليم نجد في الله الحماية التي لا يستطيع أحد في هذا العالم أن يمنحها لنا ونجد أيضاً قوة لا يمكن لامتحان أن يقهرها.

كل واحد يمكنه تأسيس علاقة خاصة مع الله إن عرف كيف يفتح قلبه لله ويشتهي حضوره الرباني الذي يمنح الغبطة واليقين.

عندما يشعر الإنسان بحاجة ملحة لله بحيث يعلم أنه لا يستطيع الإستغناء عنه سيجد أن الله يستجيب له بطريقة أو بأخرى. ولكن عليه أن ينمّي أولاً ذلك الإحساس القوي لأن الإستجابة لن تأتي من تلقاء ذاتها.

إن لم نخصص المكان الأول لله في حياتنا فستكون حالة وعينا قلقة يعتريها التشويش ولن نتمكن من التعامل على نحو منطقي وسليم مع متطلبات الحياة التي لا تنتهي.

وما هي الطريقة لتنمية تلك الرغبة؟ في كل مرة تواجهنا مصيبة أو مكروه، وكل مرة نشعر بثقل في قلوبنا، يجب أن نقصد الله ونطلب عونه، مدركين أن من يحب الله ويحفظه في فكره ووجدانه ستتحسن أحواله وتتغير أوضاعه نحو الأفضل

عندما نخضّ ونمخض الأثير بابتهالاتنا الحارة ونداءاتنا الوجدانية سنستخلص زبدة الإستجابة الإلهية التي فيها الغذاء والشفاء والهناء

لمن يشتهي غذاء الروح، الإحباطات والإخفاقات الماضية لا تهم، بالإمكان تعلم الدروس منها، والمحاولة من جديد، وتكرار المحاولة عوداً على بدء، وسيكون النجاح مضموناً بعونه تعالى، لكل من لا يثبطه الفشل، ولا تفل من عزيمته الفواجع، ويؤمن إيماناً قاطعاً بأن الله يعضد المثابرين السائرين على الطريق الصحيح، ويمدهم بالأمل والقوة والإستبشار، حتى بلوغ المقصد الأسنى وتحقيق غاية الحياة

الفكر قوة كالكهرباء، والحالات النفسية تعود إلى الفكر وطريقة التفكير.

الكهرباء نافعة وضارة في آن، فمن يحسن التصرف بها، يضعها في خدمته وإلا فقد تصعقه. وكذلك الفكر أيضاً إن تم توجيهه في مسارات صحيحة يجلب لصاحبه السعادة، وبخلاف ذلك يجلب له المتاعب.

الفكر كالحصان الجامح، ومع ذلك ليس ترويضه بالأمر المستحيل، والتفكير الإيجابي هو أحد طرق التحكم بالفكر.

الفكر السليم صديق حميم والفكر السقيم عدو مقيم.

الفكر السليم يجذب السلام والسلامة، والفكر السقيم يطلق سهاماً فتاكة، فترتد على صاحبها مضاعفة، ولذا قيل الجزاء من نوع العمل. وما دام المرء يبعث بنوايا الخير، ستتحول أفكاره إلى مشاعل، تنير حجرات النفس، وتطرد أكداس الظلام، فيشعر إذ ذاك براحة عميقة، وتشع عيناه بابتسامة الرضى!
دامت البسمة في عيونكم وعلى وجوهكم، والسلام عليكم

الحياة هي كالمطحنة التي تطحن حبوب الاختبارات والتجارب المثمرة، لتصنع منها خبز الحياة. وهي كطريق متعرج، على جانبيه أزهار ناضرة وفراشات زاهية وأشجار على أغصانها ثمار شهية، ومع ذلك نادراً ما نتوقف لنستمتع بمنظرها وتذوق عذوبتها، بل غالباً ما نكون على أحر من الجمر للوصول إلى مساحات أوسع، نظن أن فيها مناظر أكثر بهجة مما رأيناه. لكن مع ابتعادنا التدريجي عن الدروب المزهرة المثمرة، نجد أشجاراً

فيها من القتامة، أكثر مما فيها من النضرة، ثم تختفي الزهور ومعها الفراشات وأيضاً الفواكه، لنجد أنفسنا بعد ذلك في بلقع الصحراء.

حياة الإنسان هي كمياه البحار، التي تتنقى وتصبح عذبة فقط عندما تصعد إلى الأجواء العليا. وهي كحلم الصباح، تزداد إشراقاً مع تقدم سني العمر، والسبب هو أن الأشياء تبدو عندئذ أكثر وضوحاً وصفاءً. وهي كالرحلة من حيث تغيّر المناظر مع قطع المسافات. ثم تتغير نفس المناظر كلما اقتربنا منها، وهكذا دواليك.

الحياة لا تخيّب أمل الحكماء، إذ يتعاملون معها بحنكة ويستمتعون بها دون السماح لها بالإستحواذ عليهم وسلبهم حريتهم. فهم على سبيل المثال يستمتعون بالماء.. يشربونه ويغتسلون به، لكن لا يسمحون لأنفسهم بالغرق فيه. وهم يستمتعون بالملابس التي تروق لهم دون تقيد زائد بالرسميات والشكليات التي تعتبر من السطحيات. ويتلذذون بتناول الطعام دون السماح للشـَره بأن يأكلهم، لأن الإفراط في تناول الطعام ينهك القوى وينهش المدركات ويفتك بها فتكاً ذريعاً. وهكذا.. يجب أن يتمتع الإنسان بالحياة إنما دون إنهاك الحواس بالإنغماس.

التوافق مع الآخرين لا يعني موافقتهم على كل شيء، أو تضحية المُثل من أجلهم، لأن هذا الأسلوب من التوافق غير مستحب، ولا ينسجم مع الحق. فالمصلحون والعظماء لم يتوافقوا مع كثيرين من الناس من حولهم، ومع ذلك احتفظوا بمَثلهم الأعلى، لأنهم أدركوا أن ما كانوا يقومون به كان عين الصواب.

أولاً وقبل كل شيء يجب التوافق مع الله، ثم مع الضمير ومن بعدها مع الناس.

يجب عدم المساومة على مبدأ وعدم اللجوء إلى نوايا مبيتة لتحقيق غرض ما، لأن ذلك لا يليق بالمبدئيين.

من يستطع العيش بكيفية ترضي الله ولا تلحق الأذى بالغير فلا خوف عليه. أما إن لم يُرضِ هذا النهج الآخرين، فيكفي أن يكون المرء مرتاحاً في داخله، ويشعر بطمأنينة ذاتية تغنيه عن رضى الناس.

إن قوة النفس ورغبتها في التوجّه إلى الله تدعى مغناطيسية روحية. وبهذه المغناطيسية تجذب النفس لذاتها بركات واهتزازات رفيعة وكل التجارب البشرية الطيبة التي تذكـّرها بالخير والصلاح.

المغناطيسية الروحية هي القوة التي بواسطتها يجذب ويجلب الشخص إلى نفسه أصدقاء طيبين وأشياء ضرورية وهامة ومعرفة بديهية للأمور. وهذه القوة مستمدة من قوة الله المغناطيسية الجاذبة.

شمعة السلام

خذ وعاء عقلي واملأه بسلامك.

خذ قارورة مشاعري واملأها برحمتك.

خذ سلة روحي الفارغة واملأها بثمار حكمتك.

اسكب مياه محبتك في روحي علني أصبها في أكؤس عطاش الروح.

اهدم جدران الأنا واغمرني بحضورك الكلي.

إن شعاع فجر المحبة

ليطل من فتحات قلبي

فيذكرني بنور شمس حبك

المنتشر في سماء حياتي.

لقد أشرق سطوع حبك الباهر

على نفسي فاستنارت

وملأ نورك فضاء روحي.

أنت الحياة التي تعيل جسدي

والعقل الذي يلهم أفكاري

والحكمة التي تبدد جهلي.

إنني أضيء شمعة حبي النحيلة

لأقرأ الكتاب الذهبي

المحفوظ في داخلي منذ القِدم.

حبك كان ولم يزل

شمعة السلام غير المنظورة

التي تبدد الظلمة وتريني رسائلك

المدونة على صفحات القلوب.

ليظهر مجدك يا رب

وليبدد نورُ حكمتك

الجهلَ والخصام والحسد

من شطآن الأرض للأبد.

حوّل ضعفنا إلى قوة

ووهننا إلى عزيمة

واشحن أجسامنا بكهرباء الحيوية

واغمر الفكر والروح بنورك الشافي.

خذ بيدنا كي لا نغرق في مياه الغفلة عنك واملأ كياننا بمحبتك وحكمتك.. ولنشعر أننا قريبون كل القرب منك وأن شمس رحمتك تسطع علينا على الدوام.

إنني أضع أزاهير أفكاري الهامسة الناضرة

في هيكل السكون..

فيشيد عطرها الصامت

ويشدو بأمجادك..

وبإشراقة نورك القدسي

أبصر جمال وجودك

وتتحقق أحلامي السعيدة.

عندما يومض نورك في روحي

تشتعل الحجب بنار الحكمة

فأبصر مجدك ويتعاظم فرحي.

أشرق الله بأنواره عليكم

وتحية الروح لكم

هناك مطالب ومتطلبات كثيرة يفرضها العالم علينا ويقنعنا بأهميتها القصوى وبعدم إمكانية العيش بدونها أو الإستغناء عنها.. لكن المطلب الأساسي يجب أن يكون الحصول على سلام الله الذي لا تجف منابعه ولا ينضب معينه والذي يمنح لكل شيء في الحياة طعماً ومعنى.

لنتذكر أن الله هو جوهر كياننا وأن المحبة هي النافذة التي نرنو من خلالها إلى وجهه الكريم. من يرغب في الإحساس بالحضور الإلهي ويغذي تلك الرغبة السامية فكراً وفعلاً سيحقق

الله مطلبه ويعينه على تمزيق الحجب التي تحول دون معاينة الأنوار المباركة.

من يعقد العزم على المضي قدماً على الطريق لن يصده شيء ولن يعيقه عائق حتى يبلغ مقصده ويحظى بمنية قلبه.

درر وغرر روحية

إن من يظهر ضعف الآخرين ويسبب لهم الإحراج والحنق هو بعيد عن الحكمة والسداد. يجب أن نمقت الخطيئة وليس الخاطئ لأنه أخ لنا في الروح بالرغم من ظلمة الجهل التي تغلفه وتخيّم عليه. الغرض من الإدانة يجب أن يكون الشفاء لا التشفي والتجريح. يجب أن نعامل الأخ الخاطئ كما نرغب أن نـُعامَل لو كنا مكانه وفي وضعه.

{من ستر عيب أخيه في الدنيا ستر الله عيبه في الآخرة}

مثلما ندين الآخرين يديننا القانون الروحي بنفس المقدار. ويجب ألا نتوقع الكثير من الآخرين، ولا ننتظر نتائج حسنة على الدوام من أي إنسان حتى ولو كان يبذل أفضل ما بوسعه.

قد يسقط الشخص ويتعثر، لكنه سيظل آمناً ما دام يبذل قصارى جهده ليرتقي سلّم الفضيلة والصلاح من جديد.

كل يوم يجب أن نحاول رفع معنويات المريض جسدياً أو نفسياً أو روحياً في بيئتنا مثلما نساعد أنفسنا أو أفراد عائلاتنا.

ومن يحاول من اليوم العيش طبقاً للقوانين الإلهية – بدلاً من العيش الأناني القديم الذي يجلب العناء والشقاء – سيجد أنه مهما كان الدور الذي يلعبه في الحياة متواضعاً يبقى مع ذلك دوراً هاماً ما دام يقوم بواجبه على أكمل وجه بحسب توجيه مدير المسرحية الكونية وسيد أقدارنا جميعاً: الله عز وجل.

عندما نتفاعل مع الآخرين بإخلاص فعلي وبمحبة صادقة ومراعاة للمشاعر، سنجلب إلينا أصدقاء طيبين دون أن يكون للمصالح الشخصية أو الحسابات الأنانية أدنى اعتبار، وإلا فلن نتمكن من التعرف على أصدقائنا الحقيقيين.

لا بد من التخلص من المراءاة والزيف، والتصرف على نحو لا يلحق الأذى المتعمد بالآخرين.

يجب عدم إغضاب الأصدقاء أو الإستخفاف بهم أو استعدائهم أو إعطائهم سبباً لأن ينمّوا مشاعر غير ودية نحونا. ويجب عدم إساءة معاملة الأصدقاء أو استغلالهم أو تقديم النصيحة لهم ما لم يطلبونها، وعندما يطلبونها يجب تقديمها بإخلاص ولطف، دون خوف من التبعات. الأصدقاء يساعدون بعضهم بالإنتقاد الأخوي البناء.

تجارب الحياة الصعبة لا تأتي لكي تشل إرادتنا وتهزمنا، بل لتشحذ عزمنا وتعزز إيماننا بالله وثقتنا بأنفسنا. البعض يظن أن تلك التجارب والتحديات قوىً مدمرة لا تـُقهر.. فيستسلمون. الموقف النفسي الصحيح كفيل بتنشيط القوى الباطنية للتعامل بفعالية مع الحياة وتجاربها.

إن لم يتصارع الشخص مع شخص أقوى منه فلن يصبح قوياً. وبالمثل عندما نواجه صعوباتنا بجرأة وبقوة نفسية نصبح أكثر قوة ومنعة.

عقولنا هي جزء لا يتجزأ من وعي الله الكلي. وتحت موجة وعينا يقبع محيط وعيه اللانهائي. عندما تنسى الموجة أنها جزء من المحيط الأعظم تفصل ذاتها عن تلك القوة الأوقيانوسية. ونتيجة لذلك أصبحت عقول الناس واهنة بفعل القيود المادية ولم تعد قادرة على العمل المثمر والإنتاج الوفير. عندما تنفض العقول عنها غبار الجهل وتقطع القيود المكبلة لقواها ستصبح أكثر قدرة على الإبداع والتفاعل بإيجابية مع الحياة.

عندما تتمسك بفكرة معينة وتشحنها بإرادة قوية تتحول تلك الفكرة إلى قوة ديناميكية. وعندما يصبح الفكر ديناميكياً يتمكن من خلق المناخ الملائم للنجاح طبقاً للخريطة غير المنظورة المرتسمة في الذهن.

يفشل الناس لأنهم يستسلمون لظروف الحياة القاسية دون مقاومتها بدلا من مقاومتها دون استسلام.

لا بد من تمرين وتفعيل قوة الإرادة.

الذين يدخلون محراب السكينة يمكنهم التواصل روحياً مع نفوس أخرى محبة لله ويمكنهم فهم لغة الورود وكل الكائنات الحية.

يا رب، لتكن الملك الأوحد المتربع على عرش حبي وأشواقي.

الذين يتأملون يشعرون بطمأنينة مدهشة ويجب المحافظة على تلك السكينة الداخلية حتى في صحبة الآخرين. ما يتعلمه الشخص في التأمل يجب ممارسته في النشاط وأثناء التفاعل مع الآخرين دون السماح لأي كان بالتشويش على هدوئه أو تعكير سلامه.

عندما ترغب بإنشاء عادة جيدة أو القضاء على عادة سيئة، ركّز على خلايا الدماغ حيث تتموضع آليات العادات على اختلافها.

لإنشاء عادة جيدة، أجلس أولاً بهدوء وتأمل ملتمساً العون الإلهي. ركّز ذهنك على محور الإرادة في الجبهة ما بين الحاجبين وبعمق أكد لنفسك العادة التي تريد أن تغرسها في الدماغ. وعندما ترغب في القضاء على عادات سيئة، احصر أيضاً انتباهك في مركز الإرادة وأكد بعمق أن كل الأخاديد التي تعشش فيها تلك العادات يتم مسحها. بالتركيز وقوة الإرادة يمكنك مسح حتى الأخاديد العميقة للعادات القديمة المستحكمة. أكد لنفسك مراراً وتكراراً أن لديك من قوة الإرادة ما يكفي لاستئصال جذور العادات غير السليمة من منطقة الدماغ.

الوقت الأنسب لمثل هذا التأكيد هو الصباح الباكر عندما تكون الإرادة والإنتباه يقظين.

واصل التأكيد لنفسك بأنك متحرر من كل الإملاءات وستجد يوماً ما أنك - بعون الله - قد تحررت بالفعل من العادة التي تريد التخلص منها.

مهما كان الشيء الذي تخشاه، ابعد فكرك عنه واتركه لله. عزز يقينك بالله وثق بأنه قادر على مساعدتك.

إن قدراً كبيراً من المعاناة ناجم عن الهم والقلق. لماذا يتعين عليك أن تتألم والشيء الذي تخشاه لم يقع بعد؟ تصور نور الله الواقي يحيط بك من كل جانب وستشعر بحمايته العجيبة.

بما أن معظم اضطراباتنا تأتي عن طريق الخوف، فإن أقصينا الخوف من حياتنا سنشعر بالحرية وسيكون الشفاء فورياً. كل ليلة وقبل النوم مباشرة أكد لنفسك أن الله معك وأنه يحميك ويرعاك.

في هذه المسرحية الكونية، يقوم البشر من كل الأجناس بتمثيل دراما الحياة على مسرح الزمن. يجب أن ندرك مغزى الحياة دون الإنهماك الزائد أو التحقق المفرط مع أدوارنا المؤقتة.

إن إدراكنا للحياة كثيراً ما يشوبه التشويه والإنحراف لأننا ننظر بعيون الأنانية والأفق المحدود، ولو نظرنا بعين الروح لأبصرنا الأمور من منظور آخر تماماً.

عندما نفتح عين الحكمة نبصر نور الله الشامل، وفي ذلك النور نعاين طبيعتنا الروحية التي هي انعكاس لطبيعة الوعي الكلي الذي يتخلل كل جزيئات وأجزاء الكون.

الحقائق الروحية تحيط بنا وتقرع على أبواب عيوننا المغمضة وتستحثنا كي نبصر النور بدل الظلمة ونعمل بوحي الحكمة وليس الجهل ونملأ قلوبنا بالمحبة لا بالكراهية ونتعاون على إحلال السلام وجلب الوفرة والأمن إلى عالمنا. عندما نفعل ذلك سيتبدد الجهل وتنعدم الفوارق الوضعية وسنبصر الوحدة في التعداد ونصبح أكثر توافقاً من الإرادة الإلهية.

إن علاقتنا مع الله ليست علاقة باردة أو علاقة غير قائمة على الحب والدفء كالعلاقة بين رب العمل والأجير. نحن عياله

واهتمامه بنا لا يتوقف، وهو يصغي لنا على الدوام. إننا جزء لا يتجزأ من كيانه وعلاقتنا به حية وحيوية.

لقد وهبنا خالقنا ثروة لا تنضب من المحبة والفهم والبصيرة والإرادة الطيبة والقوة الروحية، لكن معظمنا بدد تلك الثروة على اللاشيء. الله يريدنا أن نحيا بأمن وطمأنينة وتعاون ودي كما يليق بأفراد أسرة نبيلة متحابة، لكن الأطماع والحسابات الأنانية نبتت وترسخت في النفوس وفرقت ما بين الأهل.

الله يريدنا سادة لكننا اخترنا أن نكون عبيداً.

لقد ابتعد الإنسان كثيراً عن بيته السماوي وفقد الفردوس الباطني المتمثل في الإحساس بقربه من الله وقرب الله منه، ولن يتمكن من استعادة ذلك الفردوس دون مجهود ذاتي.

لقد خلقنا الله على صورته ولكن غابت تلك الحقيقة عن أذهاننا. لقد استسلمنا للوهم بأن قـَدرَنا هو العناء ومآلنا الفناء، ويجب أن نمزق حجاب الوهم بخنجر الحكمة لنرى الحقيقة الناصعة من خلف الحجاب.

من نحن وما هي طبيعتنا الحقة؟

البشر لديهم فوارق ظاهرية بيّنة، سواء من حيث تركيبتهم السيكولوجية أو العاطفية أو الأدوار التي يلعبونها في الحياة أو الأعمال والنشاطات التي يمارسونها أو الرغبات التي يحسّ بها كل منهم لكن تحت كل هذه الفوارق يكمن شيئان اثنان يريدهما بل ويحتاجهما كل إنسان دون استثناء. أحدهما هو التحرر من كل صور التألم والعوز. أما الشيء الآخر فهو السعادة التامة والدائمة.. الرضاء الكلي حيث السلام والحب والحكمة والفرح.

في الحقيقة إن ما يسعى البشر لبلوغه هو الله، سواء استخدموا تلك التسمية أم لم يستخدموها. الحكماء يقولون أن الله هو جوهر الغبطة وروح السعادة. ولن يشعر الإنسان بالرضاء التام ما لم يستق مباشرة من الينبوع الكوني. وتلك نقطة محورية لفهم الحالة البشرية.

ولكن أين يبحث الناس عن ضالتهم المنشودة؟

يبحثون عنها في الأمور الدنيوية فقط: في الممتلكات والظروف الخارجية والعلاقات مع أشخاص آخرين. إنما مستحيل العثور عليها في أي شيء أو في أي شخص أو في أي ظرف في هذا العالم نظراً لطبيعة الخليقة نفسها.

الخليقة قائمة على مبدأ الثنائية. يستحيل الحصول على صورة بلون واحد فقط، إذ لا سبيل للإستغناء عن النقيض. وبالمثل، مستحيل أن يوجد مظهر واحد من مظاهر الوجود بمعزل عن الازدواجية. لكن لدى تمحيص الرغبات التي تحرّك الناس نجد أن كل منا يرغب فقط بالحصول على الأشياء الطيبة، الممتعة، الجميلة، والإيجابية دون أدنى رغبة في التعامل مع كل ما هو كريه وغير مستحب.. إنما ذلك من المستحيلات.

في هذا العالم الثنائي لا وجود للذة دون الألم، أو للنور دون الظلام، أو للخير دون الشر، أو للحياة دون الموت. لا يمكن فصل أحد وجهيّ العملة عن الوجه الآخر. وهذا يعني أن ما نتشوق إليه في أعمق أعماقنا لا يمكن الحصول عليه من هذا العالم.

الناس يبحثون.. أجل يبحثون بكل ما أوتوا من قوة لكنهم غير قادرين على العثور على ما يبحثون عنه مما يخلق في نفوسهم القنوط وفقدان الأمل. ولا يؤدي ذلك إلى القنوط وحسب بل إلى استياء كبير وغضب عارم، وبالتالي إلى أعمال عنف.. هذا كله يحدث لأنهم لا يبحثون عن ضالتهم في المكان الصحيح، ونتيجة لذلك لا يعثرون على مُنية قلوبهم

الناس في عصرنا هذا لا يعرفون الكثير عن معنى الحياة وغايتها، ولذلك يعانون من الحيرة والإرباك.

الإنسان في طبيعته كائنٌ يبحث عن هدف. فإن لم يكن له من هدف في الحياة، وإن كان عقله وطاقاته وإرادته وعواطفه غير موجّهة في منحى إيجابي بنـّاء يتحول إلى اتجاهات مدمرة كتعاطي الكحول والمخدرات واللجوء إلى العنف وهلم جرّا. الغاية الأسمى للحياة هي معرفة الله... ويتعين على الإنسان

إحداث توافق بين أدواره ونشاطاته الخارجية عن طريق العمل الصحيح والنظرات السليمة والمواقف الإيجابية والتصريف النافع للعواطف.

هذان المظهران لطبيعتنا: المظهر الباطني أو الروحي والمظهر الخارجي ليسا في تناقض مع بعضهما فيما لو تم فهمهما على الوجه الصحيح. بل يدعم أحدهما الآخر ويساعداننا على تنمية وتطوير قدراتنا وإمكاناتنا مادياً ونفسياً وعاطفياً وروحياً.

الناس يعيشون في فراغ كبير دون حوافز فكرية أو منشطات نفسية.. يشعرون بالسأم لانعدام الغاية ولفقدان ما من شأنه أن يعطي لحياتهم قيمة ومعنى. الشخص العادي قد يستطيع العمل والتصرف كما لو كان متكاملاً من الناحيتين النفسية والعقلية، ولكن هل هو سعيد؟

الغاية الرئيسية من الحياة هي معرفة من نحن وما هي طبيعتنا الحقة. فإن أولينا الجانب الأعمق من الحياة الاهتمام الذي يستحقه لا بد أن نشعر بالسعادة لأن سعادة الإنسان مرتبطة بتواصله مع ذاته الروحية التي لا كيان ولا كينونة له بدونها.

الخوف من الفشل أو المرض يتم تغذيته بالتفكير الدائم به حتى تتسرب فكرة الفشل من العقل الواعي إلى العقل الباطن وصولاً إلى الوعي السامي. بعد ذلك يبدأ الخوف المترسخ في اللاشعور والوعي السامي بالتفريخ والنمو حتى يملأ العقل الواعي بنباتات الخوف التي ليس من السهل القضاء عليها كالقضاء على الفكرة الأولية عند بزوغها وهذه النباتات الضارة تثمر أخيراً ثماراً سامة ومميتة. إنما لحسن الحظ يمكن استئصال جذورها من الداخل بالتركيز القوي على الجرأة وبتطعيم الوعي بالإيمان المطلق بالله وبأنه قادر على مساعدة الراغبين في مساعدة أنفسهم وحمايتهم من الأذى.

ذات مرة كانت فقاعة صغيرة عائمة على سطح البحر، متوجسة من العواصف والبروق، فسمعت صوتاً يهمس لها: أيا فقاعة الحياة الصغيرة، ما خطبك؟

ألا تعلمين أنكِ جزء من محيط الحياة؟ فنظرت الفقاعة الصغيرة حولها وأدركت تلك الحقيقة.

الوعي البشري يعوم كالفقاعة الصغيرة على سطح بحر الوعي الكوني، ظاناً أنه فقاعة مؤقتة، مرتعداً من المرض والفاقة والموت. أيا أيتها الفقاعة، أمن المحيط تخشين؟ انظري حولكِ.. تأملي جيداً وحوّلي نظرتك من محيطك الصغير، إلى محيط الله اللامتناهي، تعمقي.. تعمقي ووسّعي الإدراكْ، كي تعلمي وتوقني بأنكِ واحدة مع بحره الفسيح، وأن الله معكِ يحرسكِ، يعيلكِ، الآن .. وإلى الأبد

تلافي الشِباك والأحابيل

كلما شعرت برغبة قوية في قلبك تلح عليك كي تحققها،استخدم التمييز واسأل نفسك "هل هي رغبة طيبة لا بأس من تحقيقها أم رغبة سيئة يتعين عدم تكريمها بالتحقيق؟" الرغبات المادية غير السليمة تشجع عاداتنا السيئة بإعطائنا آمالاً كاذبة وسعادة مزيفة في مثل تلك الحالات يتعين استدعاء قوى التمييز لإظهار الحقيقة. العادات السيئة تقود في نهاية المطاف إلى التعاسة. وإذ يفتضح أمرها وتظهر على حقيقتها تصبح عاجزة عن اصطياد الإنسان بأحابيل المعاناة وشباك الشقاء.

تأملات وحكايات

في الحياة وفي الممات.. وفي الأحزان والملمات يبقى إيماني بك يا رب قوياً لا يتضعضع راسخاً لا يتزعزع.

كل نفثة من نفثات حنيني وابتهالي تفتح في روحي أبواباً ونوافذ منها أعبر إلى نعيم الله.

مثلما تسطع الشمس على أكثر الأماكن اكتظاظاً هكذا سأبصر إشعاعات الحب الإلهي في كل مجالات حياتي ونشاطاتي اليومية.

باركني يا رب كي أوقظ روحي مع صحوة الفجر وآتي بها إلى أعتابك المباركة.

قصة غزال المسك

المسك هو مادة ثمينة وذات عطر نفاذ، توجد في سرة غزال المسك الذي يقطن أعالي جبال الهملايا.

حالما يبلغ الغزال سناً معينة يبدأ المسك الفتان بالتسرب سِرةً من سُرّته، فيهتاج الغزال لذلك العطر الجذاب ويأخذ بالتراقص والتفتيش عن مبعث تلك الرائحة الطيبة.

ينتقل من مكان إلى آخر، يتشمم ما بين الصخور وتحت الأشجار ويبحث في كل مكان عن مصدر ذلك العبير المثير.

أخيراً يتملكه الحنق ويصبح أكثر إثارة وقلقاً عندما تعييه الحيلة ويعجز عن العثور على ما يبحث عنه بشوق وشغف.

وفي محاولة أخيرة للوصول إلى مصدر المسك، يقفز من المنحدرات الصخرية الشاهقة إلى الوادي السحيق ليواجه مصيره ويلقى حتفه، فيتمكن إذا ذاك الصيادون من الإمساك به ويستلون منه كيس أو غدة المسك.

وفي هذا الصدد، أنشد أحد القصاد المستنيرين ما معناه:

غزالَ المسكِ يا أحمق

لمَ تشقى لمَ تأرقْ؟

فهذا المسكُ موجودٌ

بكيسِ بطنكَ يا أخرق!

ولو لامستَ بالخيشومِ

منكَ السرّةْ إذ تعبقْ

لكنتَ فزتَ بالمأمولِ

وعشتَ دونَ أن تنفقْ

ألا تظنون يا أصدقاء أن معظم الناس يتصرفون كغزال المسك؟ فهم يبحثون عن السعادة المتضوعة دائماً وأبداً في كل مكان خارج أنفسهم.

أجل.. يبحثون عن السعادة في اللعب، والإنهماك حتى الإنهاك في الشهوات والمشتهيات.. ويتسلقون دروب الثراء الزلقة إلى أن يقفزوا في نهاية المطاف من جروف الآمال العالية إلى صخور الإحباط والإخفاق عندما يعجزون عن العثور على السعادة الحقيقية المختزنة في أعمق أعماق نفوسهم.

فلو توجهنا بأفكارنا نحو الداخل، وتأملنا بعمق لعثرنا في سكينة الروح على مصدر السعادة الحقيقية والدائمة التي ننشدها.

يجب ألاّ نكون كغزال المسك كي لا نفنى بحثاً عن السعادة في الأماكن الخطأ، بل يتعين علينا أن نتيقظ ونحاول العثور على السعادة في ذاتنا وليس خارجها.

حكاية الزر

ذات مرة أتى إليّ رجل وقال أنه يعاني من مرض مزمن في القلب وأضاف:

"لقد حاولت أشياء كثيرة لكني عاجز عن التخلص من وجع القلب."

وبعد تفكير هادئ طلبت منه أن يُحضر لي مقصاً، فنظر إليّ مرتعداَ وقال:

"هل تعتزم يا سيدي شق قلبي؟"

فضحكت وأجبته قائلاً: "أنا لست طبيباً، وهل سمعت في حياتك كلها عن إنسان يستعمل المقص لإجراء عملية جراحية؟!"

أخيراً أحضر مقصاً على مضض، فقمت بقطع أحد أزرار معطفه وطلبت منه أن لا يخيّط زراً آخر مكانه، وألا يضع يده على موضع الزر المفقود، كما طلبت منه أن يعود إليّ بعد أسبوعين، وكنت أتوقع أنه سيشفى خلال تلك الفترة.

ضحك الرجل قائلاً: "سأفعل ما طلبته مني لأنني أثق بك، لكنيي أعتقد أنه أغرب دواء وُصف لي حتى الآن!"

وبعد أسبوعين أتى إليّ مهرولاً وقال مندهشاً:

"لقد أكد لي الأخصائيون أنني شفيت من مرض القلب. فبالله عليك ماذا فعلت؟ هل أخرجت عفريتاً من الزر؟"

فأجبته باسماً: "نعم! إن يدك كانت تلعب بالزر باستمرار وكان الزر محاذياً للقلب.

ذلك الزر كان العفريت الذي سبّب لك آلام القلب. لذلك قطعت الزر وطلبت منك عدم استبداله أو وضع يدك على قلبك. وبهذه الطريقة تخلص القلب من الضغط وكف عن إيلامك!"

كل شيء يتحرك بسرعة، والناس منهمكون في عمل أشياء كثيرة. طبيعي أنه من الأفضل أن يجني الإنسان غلة العالم بدلاً من إضاعة الوقت سدىً بحيث يتخطاه الموسم و (يطلع من المونة بلا حمّص). ولكن يجب أن يجني الإنسان أغنى محاصيل الحياة .. التقرب من الله والتعرف عليه. والطريقة الوحيدة لبلوغ السعادة الحقيقية هي إنجاز شيء ما في هذا العالم، وأيضاً تحقيق النجاح الروحي.

العارفون بالله لا يشرعون بواجباتهم اليومية قبل التأمل على الله أولاً وشحن عقولهم وأجسامهم بالطاقة الإلهية المباركة.

إن متطلبات العالم الكثيرة تعمل على صد الراغبين في الوصول إلى هدفهم الروحي وحرفهم عن المسار الذي اختطوه لأنفسهم. لكن ذوي الإرادات الماضية لا يسمحون لأي شيء بأن يبعدهم عن الطريق فيواصلون السير بهمة بصرف النظر عن الظروف الصعبة والمعاكسة.

مهما أعطانا العالم فلن يُرضي حنين قلوبنا التي تتشوق إلى شيء أكثر ثباتاً وأعظم شأناً وأثمن من كل ما تحويه خزائن الدنيا ونفائسها.

عندما يتوفى المرء – طالت أعماركم – فلن تقدر كل قوى الأرض على عمل أي شيء له. من يستطيع مساعدتنا بعد مغادرة هذا العالم؟ الله. ولذلك يجب أن نفكر دوماً أن هذا العالم هو مجرد محطة مؤقتة في طريقنا إلى البيت السماوي لنحيا للأبد في رحاب الرحمن.

الثراء الزائد لا يضمن امتلاك الصحة والسلام والفعالية، لكن تحصيل السلام والفعالية من شأنه تحقيق نجاح متوازن على المستويين الروحي والمادي.

معظم الناس ينمّون الفعالية العقلية لبلوغ النجاح المادي لا غير. لكن عندما يصبح الإنسان سيد ذاته ويحسن تصريف قواه النفسية والتصرف بها على نحو متسق مع الخطة الإلهية ستتبارك حياته وسيتذوق رحيق الروح وهو على هذه الأرض، ولن يبقى أسير العادات والرغبات، بل سيتحول وعيه إلى قلب الحضور الإلهي وسيمكث فيه متنعماً بمسرات متجددة تعصى على الوصف.

الجسم أعظم صيدلية

لقد اكتشف الباحثون في مجال العلوم الطبية أنه عندما نشعر بفيض من الفرح يقوم الجسم بإنتاج مضاد للإكتئاب ومواد أخرى تقلل من التوتر والإجهاد، لا تقل قوة ونجاعة عن تلك التي يصفها الأطباء. الجسم هو أعظم صيدلية على هذه الأرض، وله القدرة على إنتاج الشيء الصحيح في الوقت الصحيح عندما

نكون في تناغم مع ذلك الإنسجام الروحي الذي وضعه الله في الجسم.

ليس كل التوتر ضاراً، فالتوتر يوقظ الطاقة الحيوية التي تسري في أجسامنا ويستحث فينا النشاط والحركة. وقد أثبتت الدراسات أن مقداراً معقولاً من التوتر هو شيء مفيد.

لكن المشكلة تكمن عندما يتخطى التوتر المستوى الصحي.

كل منا لديه حدٌ شخصي للتوتر، وعندما يتم تخطي ذلك الحد نصبح متوترين أكثر مما ينبغي، وقد لا نكون على دراية بذلك قبل أن تبدأ المشاكل بالظهور في الجسم والعواطف والعقل.

الحياة مع الله هي بهجة وفرح، وبدون الله قلق واضطراب وعناء بل وكوارث أيضاً. فما هو السبيل لاستخلاص السلام والطمأنينة من حياة تسودها المصائب والفواجع، ولجلب بعض النعيم إلى هذه الأرض؟

المطلب الأول هو أن نكون على دراية بضغوطات الحياة عندما نقع تحت تأثيرها.

إن الله حكيم عليم، وقد زوّد أجسامنا بمؤشرات كالراحة والمضايقة والهدوء والقلق وعلينا أن نتنبه لتلك المؤشرات. يوجد ذكاء إلهي في أجسامنا ويحاول أن يخبرنا شيئاً ما، ويجب الإصغاء إلى تلك الرسائل خلال أوقات الإجهاد أو الراحة. عندما تشعر بالإجهاد ركّز الذهن على ذلك الجزء من الجسم الذي يعاني من الإجهاد ثم خذ نفساً عميقاً وفي نفس الوقت قم بشد ذلك الجزء - شداً غير عنيف - حتى يهتز، ثم استرخِ وأوقف الشد العصبي. هذا من شأنه الإبقاء على توازن طاقي وحيوي في الجسم ويحفظ الجسم من أضرار التوتر.

كما يمكننا التعامل مع التوتر العاطفي عن طريق التنفس. فعندما تشعر بالخوف أو أية انفعالات أخرى ضارة، تنفس شهيقاً

وزفيراً ببطء وبعمق وبإيقاع منتظم عدة مرات، ودع الجسم يسترخي مع كل زفير. هذا سيساعد على إبطاء ضربات القلب المتسارعة ويعيد العمل الطبيعي للدورة الدموية كما يساعد على انسياب طاقة الحياة في الأعصاب ويساهم في إراحة العقل من الأفكار الناشزة.

الحياة ليست حالة من الطوارئ، بل هي تعبير إلهي جميل وعلينا أن نستمتع بها. ولنتذكر أن الإبتسامة قوة إن لم نستعملها نفقد جانباً هاماً من جوانب الحياة.

الإنسان روح وله عواطف ومشاعر، وله جسد يرتديه كثوب أو معطف خارجي. ولكن ما دمنا نعيش على مستوى الجسم والإنفعالات وحسب سنقع تحت التأثير السلبي للتوتر والإجهاد.

عندما نكون على توافق مع طبيعتنا الجوهرية التي هي الروح، ينساب فرح الروح إلى القلب ويتحول إلى حب، والإحساس بذلك الحب المتصل بسلام وطمأنينة الروح والعمل والتعامل تحت تأثيره التوافقي هي الطريقة الأنسب للعيش الطبيعي في عالم يعج بالتوترات والتناقضات. والتناغم مع ذلك الفرح هو الحل لمشاكل الحياة.

ملاحظة: بخصوص العبارة: "يقوم الجسم بإنتاج مضاد للإكتئاب ومواد أخرى تقلل من التوتر والإجهاد، لا تقل قوة ونجاعة عن تلك التي يصفها الأطباء." فهذه ليست نصيحة للإستغناء عن المشورة والوصفات الطبية، ولذا اقتضى التنويه.

معادلات مغناطيسية

شخص قوي الحضور وذو ميول شريرة + شخص طيب القلب لكن ضعيف الشخصية = تغلّب المغناطيسية الشريرة على الطيبة.

شخص ضعيف الشخصية ذو ميول شريرة + شخص قوي الشخصية ذو ميول طيبة = تغلّب المغناطيسية الطيبة على الشريرة.

مغناطيسية روحية ضعيفة + مغناطيسية حيوية شريرة = مغناطيسية شريرة قوية.

قوة أخلاق متينة + قوة أخلاق ضعيفة = قوة أخلاق أعظم.

شخص غضوب عنيف الطباع + شخص دمث رقيق الطباع = تغلّب مغناطيسية الغيظ على الدماثة.

طباع قوية متزنة وهادئة + طباع تجنح أحياناً إلى السخط = تغلّب مغناطيسية الهدوء.

فشل متأصل مزمن + فشل أقل تجذراً = مغناطيسية إخفاق قوية.

نجاح إيجابي قوي + نجاح أقل إيجابية = نجاح معزز.

اهتزاز فشل قوي + اهتزاز نجاح قوي = إما مغناطيسية فشل قوية أو مغناطيسية نجاح قوية، وفقاً للبيئة والظروف.

عقل راجح جبار + جهل مطبق = إما فطنة وحذق أو جهالة وغباء.

قوة روحية باهرة + قوة عملية مميزة = مغناطيسية روحية – عملية بارزة بامتياز.

لو تسنى للناس رؤية حشود الكائنات الكوكبية في الأثير من حولهم ... فلربما حاول البعض البحث عن أحبته المفارقين. لقد فتح الله عيني الروحية وإنني أرى العديد من تلك النفوس التي غادرت المستوى الأرضي. بالتركيز العميق على العين الروحية (وسط الجبهة) يمكن بالرؤية الداخلية معاينة العالم المشع الذي تحيا فيه كل الأنفس الطيبة التي انتقلت إلى المستوى الأثيري.. إلى جوار الرحمن.

في البشر يعمل القلب كجهاز استقبال لاسلكي والعين الروحية كجهاز إرسال. وحتى لو لم تستطع رؤية أحبتك المفارقين، فإن ركّزت مشاعرك بهدوء على القلب تتمكن من الشعور بحضور أولئك الأعزاء عليك الذين يعيشون الآن في

أجسام أثيرية، ينعمون بسلام وأمان الله و يستمتعون بتحررهم من أسر الجسد فترتاح لراحتهم ويطمئن قلبك عليهم.

عندما أتلفظ باسم الله يذوب كياني بأسره في الفرح الأعظم. لكن تلك الحالة لم تأتني إلا بعد بذل مجهود كبير. لم أكن في البداية من ذوي الأشواق إذ كان عقلي آنذاك في مهب الريح. أما الآن، فما أن أضع فكري ويقظتي في المركز الروحي: {في الجبهة ما بين الحاجبين} حتى تتلاشى كل الأفكار ويتوقف التنفس من تلقاء ذاته ويكف القلب عن النبض وتهدأ ثائرة العقل وتتوارد على النفس الأحوال فأختبر الإنتشاء الروحي وتغمرني الغبطة الإلهية.

أقوال ذهبية

السعادة هي حقي وميراثي وكنزي الإلهي المخبأ. وجهني كي أعثر داخل ذاتي على النفائس التي تفوق أحلام الملوك.

* * *

الحياة حركة ذكية وذات إيقاع منتظم .. تصوغ ذاتها في الجماد .. أو تتخذ شكلاً حياً ومتحركاً .. الحياة شاملة وتتخلل كل شيء.

* * *

أيها المحب الأعظم، أنت الحياة.. وأنت غايتي ومطمحي.

* * *

اجعلني وردة ناضرة في بستانك السماوي، أو خرزة متلألئة في عقد حبك الوضاء، أو أعطني أعظم شرف: أصغر مكان في قلبك.

* * *

حيثما يقدّر الآخرون جهودي في عمل الخير فذلك هو المكان الذي فيه أستطيع تقديم أعظم خدمة.

* * *

لننسج بساط الأحلام الذهبية بخيوط حريرية من الذكريات العذبة والأفكار الراقية.

* * *

الحُب يشبه ورق الصنفرة الذي يصقل العقل ويزيل الخشونة من الطبع.

* * *

إن الجائحات والنوازل والتغيّرات العنيفة التي تحدث في الطبيعة وتجلب معها الخراب والدمار والضرر الجماعي ليست "قـَدراً إلهياً". هذه الكوارث تنجم عن أفكار وأفعال الإنسان. فحيثما يختل ميزان العالم الإهتزازي للخير والشر بتراكم الأمواج والذبذبات الضارة المؤذية بفعل نوايا الإنسان السيئة وأفعاله الخاطئة تعم الفوضى ويحدث الدمار على نطاق واسع.

* * *

سأتخذ من كل شعب أفضل ما لديه، وسأستحسن الصفات الطيبة لكل القوميات دون التركيز على عيوبها.

* * *

وكما نهتم بالقيمة الغذائية لطعامنا اليومي، هكذا يجب أن نبدي اهتماماً بمغذياتنا النفسية التي نقدمها لعقولنا كل يوم.

* * *

الكلام العذب ترياق عجيب للعديد من الأمراض وفيه قوة سحرية ومغناطيسية جبارة تجلب الكثير من الخيرات والبركات لصاحبه. فالذي يستخدم الكلام العذب المهدّئ للخواطر يشعر بتيار خفي ينساب من خلاله دون انقطاع ويمتلئ كيانه بفيض من الطمأنينة لأن ذلك التيار متصل بمصدره الأعلى الدائم التدفق والجريان إلى النفوس المتناغمة مع ذلك المصدر، وسيتمكن من نقل السعادة إلى النفوس المتعطشة للسلام.

* * *

كم من كلمة طيبة نابعة من القلب بددت أحزاناً كثيرة.. وكم من أصواتٍ حكيمة أنارت دروباً مظلمة بمصابيح البهجة والطمأنينة!

* * *

إننا ننمو من خلال كل تجربة نمر بها ما دمنا ندرك أن بمقدورنا استخلاص دروس نافعة منها. فلكل ما نختبره من ألم ومعاناة معنىً وغاية.

* * *

وبالرغم من قسوة التجارب، لكنها كالنار التي تصهر خام الحديد لتحوله إلى فولاذ جميل المنظر، قوي التحمّل، ومتعدد الاستخدامات.

* * *

إن جميع الإنجازات البارزة في حياتي تحققت عن طريق قوة العقل المتناغم مع الله. فعندما يكون مولـّد الكهرباء الإلهي شغالاً يتحقق كل ما أتمناه دون استثناء، إذ يرتسم أولاً كتصميم أثيري غير منظور ثم يتجسد بقوة لا تقاوم على أرض الواقع.

* * *

عندما يهمس الفكر لله همساً وجدانياً حاراً نابعاً من أعماق نفس مشتاقة سيلامس نداء الروح القلبَ الكوني وستأتي الإجابة ومعها فرح عظيم. الهمس الفكري ينمي الإرادة إلى أن تمتلك من القوة ما يكفي لتحقيق الهدف المنشود.

* * *

عندما يتناغم عقل الإنسان وإرادته مع الله فإنهما يُشحنان بقوة لا حد لها بحيث يصبح مجرد التفكير بأمر ما كفيلاً بتحقيقه لأن القانون الإلهي يعمل لصالح المتناغمين مع الإرادة العليا.

* * *

يجب ألا يكرس الإنسان كل قدراته العقلية التي وهبها له الله للبحث عن أمور زائلة، وإلا سيفقد ذاته في متاهات المادة ويخلق لنفسه قيوداً ومحدوديات هو بغنى عنها. وعليه بدلاً من ذلك أن يستخدم قواه العقلية في تحصيل ضرورات العيش والسعي لتطوير ملكاته المعنوية بغية التمييز بين الخطأ والصواب والضار والنافع.

* * *

الحقيقة تكمن ما وراء الآراء والنظريات وكثيرون ممن ينتهجون هذا الأسلوب يصبحون مقيدين باستنتاجاتهم الذاتية.

* * *

افتح يا رب أبواب السكون واحرس محراب أفكاري الروحية من هجمات الوساوس الشريرة.، ولتتفتح ورود أشواقي في بستان قلبي وأنا في انتظار فجر قدومك.

* * *

لا قدرة للمعرفة النظرية على اكتساب العلم الإلهي ومن المستحسن ألا يصرف المرء وقته الثمين على نظريات لا يمكن تطبيقها على أرض الواقع وإلا سيجد نفسه في خضم أدغال فكرية كثيفة وغير قادر على تخطي نطاق النظريات.

* * *

السعادة هي ثمرة الانتصار النفسي على ظروف الحياة المتقلبة.

* * *

من يعترف به الله قد يكون مجهولاً بالنسبة للعالم.

* * *

إن برمجَ الإنسان نفسه بمعرفة نظرية [دون اختبار فعلي] سيصبح كجهاز تسجيل متنقل يكرر أقوالاً مأثورة ويردد عبارات سامية فيعتبره الآخرون عالماً متفقهاً لكن مثل تلك المعرفة لا يعززها إدراك مباشر للحقيقة ولا يوازيها تحصيل روحي.

* * *

المشاكل ستتواصل في العالم، فإلى أين يمكن التوجه طلباً للإرشاد والهداية؟ أفكار المرء المستوحاة من عاداته وتحامله وأحكامه المسبقة وتعصبه لا تجدي نفعاً، ومؤثرات بيئته وعائلته وبلده أو عالمه لا قدرة لها على التوجيه الصحيح. ولذلك يجب التوجه إلى الله والإصغاء للصوت الهادئ الهادي الصادر من أعماق النفس المتناغمة مع الحق.

* * *

افتحوا قلوبكم للفيض الرباني كي ينساب من خلالكم ويملأ حياتكم بالخيرات والبركات الروحية.

* * *

مهما كانت الأعمال التي تقوم بها والإنجازات التي يمكنك تحقيقها تذكّر دوماً أن الله هو المصدر الذي يمدك بكل القوى التي تحتاجها للعمل والإنجاز.

* * *

دعني أتذكرك يا رب في الفاقة وفي الرخاء، في المرض وفي الصحة، في الجهل وفي الحكمة، ودعني أبصر نورك المبارك الذي يمنح العافية والشفاء في التو واللحظة.

* * *

في خلوة أفكاري أحنّ لسماع صوتك المبارك. أبعِد عني الأصوات الأرضية الخشنة المتوارية في طيات ذاكرتي.. أريد الاستماع لصوتك الهادي والمنشد على الدوام في سكينة نفسي.

* * *

في الحياة ظلام دامس وأحياناً تتعثر الأقدام وتحجم عن الإقدام، ويجب أن نجعل نور الله مصباحنا الكشاف أثناء سيرنا على دروب الحياة المظلمة. فهو بدر التمام في ليالي الجهل والظلام.. وهو شمس الإشراق في ساعات اليقظة، ومنارة الإرشاد ونجم القطب لعابري بحور ظلمات الوجود الأرضي الموقوت.

* * *

آن الأوان لأن يوقظ الإنسان وعيه من غفوة النسيان إلى صحوة الروح.

* * *

نسألك يا رب أن تبتعث وعينا من سراديب الغفلة والأفكار الضيقة المحدودة إلى آفاق السلام والنور والمحبة والتعاطف الإنساني الشامل.

* * *

ستنصلح الأمور في نهاية المطاف لأن قوى الله وعجائبه محتجبة خلف تناقضات الحياة البشرية، ومن لا يقتنع بحتمية الأوضاع ويحاول النفاذ بعقله وإيمانه إلى ما وراء الحجاب سيُفتح له الباب الذي [بكل يدٍ مؤمنةٍ يُدقُ]

* * *

الإيمان لا يعني أبداً أن يكون الإنسان متهوراً، أو ألا يتعامل بحكمة مع الظروف، إنما بغض النظر عما يحدث يجب أن يؤكد الشخص لذاته أن الله وحده قادر على مساندته في الظروف الصعبة والعصبية إن هو توجه إليه بقلبه وروحه وأحاسيسه جميعاً.

* * *

لو أن حواسنا نقلت إلينا الحقيقة كاملة لرأينا الأرض على هيئة أنهار من الإلكترونات، ولأبصرنا كل ذرة من الغبار ككتلة متدحرجة من النور.

* * *

إن الذين يَنفذون ببصيرتهم من المادة إلى الروح يدركون طبيعة الوهم ويعرفون جوهر الحقيقة.

* * *

سواء كان الشخص في أدغال أفريقيا أو في ساحة الحرب أو يعاني من المرض أو الفقر يجب أن يقنع نفسه بأن يد الله أقوى من الخطر وقادرة على حماية المستجيرين به.

لا توجد من طريقة أكثر فعالية للحماية. طبعاً يجب أن يستخدم المرء المنطق في تعامله مع الأحداث وفي نفس الوقت يثق ثقة تامة بالعون الإلهي.

* * *

إن الحب الذي يسكن قلوب كل المخلوقات .. حب كل الأمهات والآباء والأصدقاء والأحباب.. هو منبثق عن الحب الإلهي.

* * *

يجب التمييز بين الواجبات الكبرى والصغرى وإعطاء الأولية للأهم منها قبل المهم. كما ينبغي ألا يناقض واجبٌ واجباً آخر. الأسفار المقدسة تخبرنا أنه عندما يتعارض أحد الواجبات مع واجب آخر فذلك دليل على أنه ليس واجباً حقيقياً.

* * *

مع انتشار أشعة الشمس الحيوية سأنشر أشعة الأمل في قلوب الفقراء والمهجورين [الذين تخلى عنهم المجتمع]، وسأبث عزيمة جديدة في قلوب الذين يظنون أنهم فاشلون.

* * *

قال المعلم برمهنسا لأحد المريدين: "لا تستثنِ أحداً من دائرة حبك. أحتفظ بالجميع في قلبك وسيحتفظون بك في قلوبهم."

* * *

ساعدني يارب كي أستخدم إرادتي دوماً في إنجاز الأعمال النافعة والخيّرة.
وساعدني كي أتوافق مع إرادتك حتى تستجيب كل أفكاري لمقاصدك وتتناغم مع مشيئتك.
وساعدني على إيقاظ القوة الخفية المباركة في داخلي كي أتغلب على كل المصاعب والتجارب.

* * *

يقظ تلك الشخصية الروحية الجريئة والمتواضعة في آن – التي تجمع ما بين قوة الأسود ووداعة الحمائم.

* * *

لن أهتم للانتقاد الزائف المرير ولا لأكاليل المديح والاطراء. أمنيتي الوحيدة هي عمل إرادتك يا رب وكسب مَرْضاتِك.

* * *

لا يمكنك أن تتصور الفرح الفائق الذي سيغمرك عندما تشعر بالحضور الإلهي. النفس عندئذ تنتشي بحب الله الذي لا نهاية له. إنه حب يفوق أي حب بشري بملايين المرات.. حب يحقق كل أمانيك ويملأ قلبك بالبهجة والرضا.

* * *

بالتركيز الداخلي يمكنك أن تشعر مباشرة بالغبطة الروحية داخل نفسك ومن حولك. وإن ترسختَ في ذلك الوعي ستنمو شخصيتك على نحو توافقي وستكتسب مغناطيسية جذابة للناس وللمخلوقات الأخرى.

* * *

أيها المجير الأعظم، لا يهمني إن فقدت كل شيء بسبب قدّري الذي هو من صنع يديّ، ولكني أسألك يا ملاذي الوحيد أن تحمي شمعة حبي لك من رياح الغفلة والنسيان.

* * *

فلنشرب حتى الارتواء من مياه السلام النقية المنعشة المتدفقة من ينابيع الظروف المواتية والمعززة بتصميمنا الأكيد على التفكير الإيجابي والنظرة المتفائلة.

* * *

الضمير هو إحساس بديهي، يبيّن حقيقة المرء ودوافعه. عندما يكون ضميرك مرتاحاً، وعندما تعلم أنك تفعل الصواب، فلن تخشى شيئاً. الضمير النقي هو شهادة حسن سلوك من الله. البراءة أمام محكمة الضمير تعني امتلاك السعادةً والحصول على بركات الله.

* * *

حاول عمل الأشياء الجريئة والمحببة إلى النفس، التي لا يقوم بها معظم الناس، وامنح المحبة والسلام للذين لا يلتفت إليهم الآخرون.

* * *

قال المعلم برمهنسا لأحد المريدين:

"إن لم تصرف وقتاً لتهذيب العقل، فلن يتمكن أي مقدار من الرخاء المادي من إرضائك. هذا التهذيب ليس تعذيباً بل تدريب للوعي لتغذية الأفكار والأفعال التي تقود إلى السعادة.

سعادتك هي نجاحك، فلا تسمح لأحد بسلبك سعادتك. احمِ نفسك من الذين يحاولون إزعاجك. عندما كنت فتىً كنت أفقد صبري كلما روّج البعض إشاعات كاذبة عني. بعدها أدركت أن راحة ضميري هي أهم من رضاء الناس عني أو استحسانهم لي."

* * *

ليتكم تعرفون حكاية الغرام الإلهي التي يحياها بعض المريدين مع الله! ما من اختبار آخر في الحياة يمكن مقارنته بذلك الفرح. لقد عرفت قديساً كان مستغرقاً في حب الله طوال الوقت، وكان وجهه يشع بالحب المقدس. عين الله دوماً على محبيه ولا يتخلى عنهم لحظة واحدة.

* * *

قلائل هم المهتمون بتنمية قواهم العقلية والروحية.

* * *

لا تسمح لنفسك بالإنحدار إلى قاع التسويف.. انهض من إغفاءة الواقع العادي الممل وانطلق نحو آفاق الحياة الراقية حيث الإنجاز والفرح والسلام.

* * *

في داخلك إمكانات جبارة بانتظار استثمارها وأنت الوحيد القادر على تفعيلها والإستفادة منها.

* * *

التحرر من إملاءات العادات الخاطئة والأهواء غير السليمة يمنح سعادة أكبر بكثير من السعادة التي يمنحها النجاح المادي.

في النجاح الأدبي سعادة نفسية لا يمكن للظروف الخارجية أن تسلبها منك.

* * *

بإمكانك أن تصرف كل وقتك في جمع المال لكن ذلك المال لن يمنحك الراحة والضمان الدائمين اللذين تبحث عنهما. بل على العكس سيجلب لك المزيد من التعاسة لأن السعادة والسلام هما في الفكر وليس في الأشياء نفسها.

* * *

لا تسمح للضعف بالتسرب إلى عقلك وراعِ الحيطة والحذر عند مخالطة ذوي الأفكار السلبية والنظرة السوداوية لئلا تتسرب أفكارهم الضعيفة إلى عقلك ما لم يكن عقلك قد بلغ درجة من القوة بحيث لا يمكن لأفكار الغير أن تضعفه، بل على العكس من ذلك يقدر على تقوية أفكار الآخرين وتعزيز ثقتهم بأنفسهم.

* * *

الله أولاً، ولا ينبغي أن نستقبل يومنا أو نودعه دون التفكير به... ويجب أن نتذكر أنه لولا حصولنا على القوة والنشاط من الله لما تمكنا من القيام بأي عمل من أعمالنا. وذلك هو واجبنا الأكبر نحوه.

* * *

هناك طريقة لتقييم العادات والتقاليد والحكم عليها. في البداية كان لكل تقليد مبرر. فإن وجدنا أن ذلك المبرر ما زال ساري المفعول، يكون للتقليد معنى وفائدة. ولكن ليس من الحكمة اتباع التقاليد دون تبصّر. يجب أن نعرف الحق ونتبعه، ونتبيّن ما يمكن أن يمنحنا السعادة فنطبّقه.

* * *

عندما ترى أعداداً كبيرة من الناس لا يملكون سعادة أو نجاحاً، لا تفكر أن الإنسان مكتوب عليه أن يعيش هكذا.

باستطاعتك أن تجعل من نفسك ما تريد أن تكون. ونجاحك الداخلي هو ما يجعلك ناجحاً.

* * *

إن كنت لا تملك شيئاً في داخلك فلن تكون سعيداً. وإن كنت لا تملك شيئاً من حولك وكنت سعيداً في ذاتك فأنت ناجح بكل تأكيد. وهكذا ليس في المستطاع الحكم على الناس بحسب ظروفهم الخارجية.

* * *

من بين الجماهير الغفيرة قد يوجد إنسان بلغ حالة من السمو الروحي ويتمتع بسلام باطني وسعادة روحية فائقة.

* * *

إنني أعلم علم اليقين بأن كل ما أحتاجه سيأتي إليّ ولذلك لا أقلق لما سيحمله المستقبل. هذه ليست مباهاة ولا ادعاءً لأنني لمست عمل وفاعلية تلك القوة المباركة في حياتي مرات عديدة.

* * *

سواء كنت عائماً على سطح الحياة أو غارقاً في أعماق اليمّ، أعلم أنني مع الله وهو معي، وأن لا شيء يقدر على إيذائي. تلك المعرفة أعطتني سعادة فائقة تعصى على الوصف.

* * *

لا جدال أن هناك شعوراً ممتعاً لدى شراء شيء جديد. ولكن بعد مضي فترة من الوقت يتلاشى ذلك الشعور البهيج تدريجيا، بل قد تفقد الرغبة في ذلك الشيء وتنساه وترغب بشيء آخر. لكن فاتورة ذلك الشيء لن تنساك، فيما إن كنت قد اشتريته على التقسيط!

* * *

يجب أن يتحكم الإنسان بحياته ويبسّطها قدر الإمكان. ويجب أن يدّخر بعض المال للحاجيات والظروف الطارئة، وأن يوفـّر أكثر من الإنفاق على الكماليات، ويساعد الآخرين على قدر طاقته. عندما تساعد الآخرين سيأتيك العون بطريقة أو بأخرى ولن تحتاج أو تـُحرم شيئاً.

* * *

في ابتهاج كل القلوب أسمع صدى غبطتك يا رب، وفي صداقة كل المخلصين أشعر بمحبتك. أفرح وينشرح صدري لنجاح أصدقائي وتوفيقهم مثلما أسعد برفاهيتي ويُسري. وإذ ألهم الآخرين الحكمة أضاعف كنوز حكمتي، وفي سعادة الجميع أعثر على سعادتي.

* * *

إن ألد أعداء السعادة هي استدانة المال لشراء الكماليات. الناس يظنون من قبيل الوهم أنهم لن يكونوا سعداء ما لم يحصلوا على شيء بعينه. لكنهم لن يتذوقوا تلك السعادة حتى بعد حصولهم على ذلك الشيء، بالرغم من ابتهاجهم المؤقت به. فما هو الهدف من الجري وراء سراب السعادة الأرضية الذي يعِد ويخلف الوعد؟ يجب أن يعيش الناس ببساطة دون الحاجة للكثير من المقتنيات التي تتطلب اهتماماً متواصلا.

* * *

فردوسي هو في داخلي. وإذ أستمتع بما أنعم الله عليَّ به، أشكره فيتعاظم فرحي الباطني. بدون ذلك الرضاء الداخلي تتحول حتى أفراح الأرض ومسراتها إلى جحيم. ولقد تيقنت أنه لولا ذلك الفرح الباطني لكان عبء المسؤوليات الملقى على عاتقي قد سلبني سلامي وحرمني من سعادتي.

* * *

إن اقترنتْ الثروة بالمرض والمشاكل فالتبعات ستكون كثيرة. النظافة والرعاية الصحية هما من محاسن الغرب. فالحشرات المؤذية والجراثيم الفتاكة يتم مكافحتها بفعالية في البلدان المتطورة في حين تتواجد بكثرة في بلدان أخرى. لكن التخلص من تلك الآفات لا يعني ذروة الإنجاز، لأن هناك آفات من نوع آخر في الدول المتقدمة، مثل فواتير يصعب دفعها وأزمات مالية خانقة بسبب نظام الشراء بالتقسيط.. آفات تقض المضاجع وتقوض راحة النفس.

* * *

إننا جزء لا يتجزأ من نفس الوعي الذي عنه انبثق هذا الكون العظيم.

* * *

هل سبق ورأيت قطيعاً من الغنم؟ إن قفز واحد منه يقلده باقي القطيع دون تردد. معظم الناس هم على هذه الشاكلة. إذ قد يأتي أحدهم بفكرة أو يطلع بموضة جديدة فيتلقفها الآخرون ويقلدونها. هذا النمط ما زال على حاله منذ أجيال. لكل أمة عاداتها وتقاليدها ولا يمكننا القطع بصحة وسلامة جميعها. ولكن من يدري؟ فقد تكون بعض تلك العادات والتقاليد لا معنى لها ولا فائدة منها؟

* * *

عندما تهدأ ثائرة الأفكار المتلاطمة ندخل مملكة السلام ونلامس الحضور الإلهي.

* * *

فكّر بالله، أو بمنظر طبيعي جميل يوحي بالسلام، أو باختبار بهيج ومفرح، فالنشاط الذهني الإيجابي الهادىء منشط ومنعش.

* * *

إننا نعيش في عالم يسوده الهرج والصخب. تظن أن المال يعني السعادة، ولكن عندما تحصل عليه تجد أنك ما زلت غير سعيد. قد تحصل على المال وتفقد - لا سمح الله - صحتك. أو قد تمتلك صحة جيدة وتفقد مالك. أو قد تمتلك المال والصحة مع مشاكل عديدة مع الآخرين، إذ قد تقدم للناس أشياء طيبة ويعطوك في المقابل حقداً وكراهية. بدون الله لا يمكن لأي شيء في هذه الحياة أن يرضيك.

* * *

الأرض تتحول إلى حجرة تعذيب بالنسبة للذين يعيشون في جهل بالخطة الإلهية. ولكن عندما تنظر إلى تجارب الحياة على أنها معلمك وتتعلم منها الطبيعة الحقة لهذا العالم وماهية دورك المخصص لك في المسرحية الكونية، تتحول تلك التجارب إلى إضاءات قيّمة على الطريق نحو الرضا والسعادة الدائمين.

* * *

هناك خلف العتمة غير المظلمة، والسكون الذي لا صوت له واللاشيء غير المخلوق، يوجد الجوهر السرمدي الذي هو

أصل الوجود ومصدر كل القوى والكائنات، المنظور منها وغير المنظور.

* * *

الله لم يخلق هذه الأرض لنا فقط كي نأكل وننام ونموت، بل لنعرف إرادته وندرك الغاية من وجودنا. إن حفنة من الحكماء قد أدركوا معنى الخطة الكونية لكن أكثر الناس غير مبصرين وغير مدركين لتلك الغاية.

* * *

لم يكن المال غايتي في الحياة بل غايتي كانت خدمة إخوتي وأخواتي في الإنسانية. ولذلك فقد فتح الله لي الكثير من أبواب الخير لإعالتي وإتمام رسالتي.

* * *

لقد خلق الله هذا الكون كي يعمل وفق قانون ثابت لا يتغير. إن انتهكنا أياً من النواميس الكونية نعاقب أنفسنا. فمن يقفز من سطح بناية عالية ستتحطم عظامه. لذلك لا يمكننا تجاهل قانون الجاذبية دون معاناة التبعات المترتبة على ذلك.

* * *

عندما نلقي نظرة معمقة على حضارات العالم ونستكشف الأسرار الخبيئة في المدنيات القديمة تبرز لنا صورة كبيرة، متشابكة الخطوط، متنوعة الفصول، دقيقة التفاصيل ونجد أن الإنسان ذو طبيعة فردية واجتماعية في نفس الوقت.

* * *

لو أن الله يريدنا أن نحيا فقط في الوعي المادي لكنا راضين كل الرضا بالأشياء المادية وقانعين بالطرق الدنيوية.

* * *

إشعاعات النقاء والسلام والسعادة التي تفوق الأحلام... تومض وتتراقص في أعماقنا الجوهرية.

* * *

مع ظهور كل تجربة في سماء حياتنا إبّان رحلتنا الأرضية هذه يجب أن نعرف كيف نوسع مدارك وعينا وكيف نكون أكثر تفهماً للظروف التي تحيط بنا أو نمر بها، وسنتمكن عندئذ من

العيش بتوافق أفضل والتعامل بكيفية أكثر سلاسة وسلامة مع الناس والحياة.

* * *

معظم الناس يقلدون الآخرين. يجب أن يكون الشخص أصيلاً مبدعاً، وأن يتقن كل ما يقوم به.

في الشرق انصَبَّ الاهتمام في المقام الأول على تنمية السعادة الروحية في حين تم إهمال الجانب المادي للحياة في معظم الأحيان. في الغرب توجد بعض وسائل الراحة المادية والقليل جداً من السعادة النفسية. ما تمسّ له الحاجة هو إحداث توازن بين الإثنين لأن الإهتمام بشيء واحد فقط في الحياة يؤدي إلى خلل وعدم القدرة على التعامل منطقياً مع متطلبات الحياة.

* * *

إن أعظم سعادة - بعد السعادة الإلهية - هي أن يكون الشخص في سلام مع أقربائه المباشرين الذين يتحتم عليه العيش معهم كل يوم من أيام السنة.

* * *

الناس يهدرون الكثير من الوقت في التسرع والاندفاع دون تحقيق شيء يذكر. وقلائل هم الذين يتوقفون ليفكروا وليحاولوا معرفة ما يمكن للحياة أن تقدمه لنا.

* * *

يجب أن نعمل على تشييد صروح باطنية من الحكمة في بساتين السلام التي تزهو وتتألق بزهور لا حصر لها من المزايا الروحية البديعة الرائعة.

* * *

الإنسجام الداخلي هو مصدرٌ ثرٌ للقوة ويولّد طاقة متجددة.

* * *

لدى النظر إلى الحياة تجد أن النجاح ليس بالشيء السهل. فالحياة غالباً ما تكون قاسية لا ترحم، وعلينا أن نكافح من أجل كسب لقمة العيش. فكـّر بالجهد الذي تبذله لإعالة الجسد وإبقائه معافىً وخالياً من المرض! وحتى لو نجحتَ في ذلك فإن ذلك النجاح يبقى مؤقتاً. فالجسد - طالت أعماركم - سيوسَّد الثرى

في نهاية المطاف. الضرورة تقتضي مصارعة قوىً عديدة على المستويين الداخلي والخارجي من أجل إحراز النجاح المطلوب. تلك القوى تعمل جاهدة لسلبك الإنجازات الجديرة بالإعتبار.

* * *

حاول الاحتفاظ بهدوئك تحت كل الظروف، ودع نبتة سلامك تزهر بشاشة وابتسامات رضى.

* * *

حتى عظماء القديسين لا يحصلون على الخلاص التام ما لم يقاسموا نجاحهم مع الآخرين، أي تجاربهم الروحية ومعارفهم العليا، عن طريق مساعدتهم على بلوغ المعرفة المقدسة.

* * *

ولهذا السبب فإن الواصلين إلى تلك المراحل والحاصلين على تلك الحالات مهتمون بتقديم الفهم لمن هم بحاجة له. إن كنتَ ترغب في بلوغ النجاح الحقيقي فإنك لا تضمن بذلك سعادتك الشخصية وحسب بل سعادة الآخرين أيضاً.

* * *

كل من يمتلك ذكاءً يستطيع كسب المال. لكن إن كان يمتلك حُباً في قلبه فلن يستعمل ذلك المال أبداً لأغراض أنانية، بل سيشارك الآخرين به. المال لعنة ونقمة في أيدي الأنانيين والبخلاء وبركة ونعمة في أيدي ذوي القلوب الطيبة والنفوس الكريمة.

* * *

قد يرغب أحدهم بممارسة الصمت لفترة طويلة ويرفض خلال تلك الفترة الكلام مع أفراد أسرته. ذلك الشخص قد يفلح، نتيجة لذلك، بإحراز بعض السلام الذاتي، إنما تصرفه هذا هو أناني وضار بسعادة أسرته. فهو لا يُعتبر ناجحاً بالمعنى الصحيح ما لم ينتفع أعزاؤه أيضاً من إنجازه.

* * *

وبالمثل، فإن إحراز النجاح المادي لا يقتصر على حقنا في التمتع بالرفاهية بمفردنا وحسب، بل يعني أيضاً مسؤوليتنا الأدبية نحو الآخرين من حيث مساعدتهم لتحسين أوضاعهم المادية وظروفهم المعيشية.

* * *

إنني محميًّ خلف أسوار ضميري المرتاح. لقد حرقت الماضي المظلم وإني مهتم باليوم فقط.

* * *

اليوم أدرك بأنني واحد مع نور الخير الأعظم وبأنني منارة للذين يصارعون أمواج بحر الأحزان.

* * *

الناس لهم نظرات ونظريات مختلفة عن النجاح، بحسب طموحاتهم في الحياة. ولا يندر أن نسمع بعضهم يقرن النجاح بالسرقة كقوله "لقد كان لصاً ناجحاً"! مما يؤكد أن النجاح بكل أطيافه وأصنافه مطلوب ومرغوب. لكن نجاحنا يجب ألا يُلحق الأذى بالغير.

* * *

هناك أيضاً معيار آخر للنجاح: فعندما نتمكن من جلب نتائج توافقية ونافعة لأنفسنا يجب أن نشمل الآخرين أيضاً في نجاحنا ونقاسمهم ثماره.

* * *

النجاح يعني رضا الإنسان وقناعته في المحيط الذي يعيش فيه. النجاح الحقيقي هو المحصّلة لأعمالٍ مؤسسة على مبادئ الحق، ويشمل سعادة ورفاهية الآخرين كجزء متمم لسعادة الإنسان نفسه. إن طبقنا هذا القانون على حياتنا المادية والفكرية والأدبية والروحية نكون قد حصلنا على تعريف كامل وشامل للنجاح.

* * *

هنا في هذا العالم المحدود نلمس الطول والعرض والكثافة، ولكن هناك مستوى آخر لا وجود فيه للأبعاد إذ كل شيء واضح شفاف.. كل شيء وعي وإدراك. حاسة الذوق إدراك وكذلك حاسة الشم. إن مشاعرنا وأفكارنا وأجسامنا هي حالات من الوعي. فمثلما نستطيع أن نرى ونسمع ونشم ونذوق ونلمس في الحلم، هكذا في ذلك المستوى السامي نختبر كل هذه الإحساسات بواسطة الوعي المحض.

* * *

أسعدنا يا رب بالإحساس بقربك، وحررنا من الشهوات المكبلة، وامنحنا فرحاً باطنياً لا تؤثر به تجارب الحياة وأحداثها المتقلبة.

* * *

عندما تتناغم عقولنا مع المدركات العليا، يستيقظ في داخلنا الوعي الروحي ونختبر عجائب مدهشة من الحكمة والحب الإلهي.

* * *

إن أحببنا الله محبة تامة وتوجهنا إليه بكل أفكارنا وقلوبنا سنحس بقربنا منه وسنجد أنه أعظم موئل أمانٍ في الحياة.

* * *

في الفضاء الذي يبدو خالياً خاوياً هناك صلة كونية وحياة أبدية توحّدنا بكل ما في الكون من أحياء وجمادات.. موجة من الحياة العظمى تتدفق عبر كل شيء في الوجود.

* * *

الأبدية هي بيتنا الحقيقي ومستقرنا الدائم، ووجودنا في هذه الأجساد هو وجود مؤقت يشبه استراحة قصيرة لقافلة مسافرة عبر الصحراء.

* * *

عندما نتناغم مع قوى الروح الخلاقة سنكون على تواصل مع العقل الكلي واللانهائي القادر على توجيهنا وحل مشكلاتنا. وستتدفق القوة المبدعة إلينا دون انقطاع من المصدر الأعظم لكياننا بحيث نتمكن من الإنجاز الإبداعي في أي مجال من مجالات أنشطتنا.

* * *

الحب ينمو ويزدهر في بيئة الثقة والتسامح والاحترام المتبادل.

* * *

باركنا يا رب بنور الأفكار النقية والعادات الطيبة بحيث إن اقتربت منا ظلمة العادات السيئة والأفكار المنحرفة سيتم طردها على الفور. وساعدنا كي نحبك محبة فائقة بحيث لا تقوى

أوهام المادة أو مغريات العالم على اجتذابنا والاستحواذ على عقولنا وقلوبنا.

* * *

نادراً ما تكون الأشياء التي يمكن الحصول عليها بسهولة ذات قيمة. هذا نعرفه من مطالعة حياة العظماء من الرجال والنساء وكيف أنهم أصبحوا عظماء من خلال تنمية مواهبهم وإنجاز واجباتهم وبناء قيمهم الخلقية ودراستهم المعمقة وابتعادهم عن الأنانية. لكن النتائج التي حصلوا عليها والإنجازات التي توصلوا إليها كانت أعظم بما لا يقاس من الجهود التي بذلوها.

* * *

الحرية الحقيقية تكمن في حرية الإختيار الموجهة بالحكمة والمدعومة بالفهم والصواب والإرادة الحازمة.

* * *

عندما توقظ إرادتك وتصميمك وتمييزك الواعي تنطلق من الوعي السامي - عن طريق بصيرة الروح - قوىً غير منظورة لمساعدتك ولتوضيح السبل المؤدية إلى الراحة النفسية والسعادة بعون الله.

* * *

يجب على الانسان أن يفتح قنوات الروح بمجهوده الذاتي. ما من أحد يختار طوعاً التألم والشقاء بدلاً من السلام والسعادة. الجهل هو سبب المعاناة وهو العائق الذي ينبغي إزاحته والتخلص منه. الجهل هو عشبة ضارة، قوية الجذور، تنمو في حديقة الانسان وتزاحم النباتات الصالحة والمفيدة.

* * *

لا بد من التغلب على الجهل بالإرادة الحازمة والتصميم القاطع. يجب حرث تربة العقل بالتركيز الذهني الدقيق [على الإيجابيات] وسقي البذور الجيدة بماء الإيمان. وعندما تشرق أشعة الحب الحيوية والدافئة سينمو نبت الخير ويتغلب على الأعشاب والحشائش المتطفلة لأن لا وجود للظلام مع النور.

* * *

إن بهجة الأشياء المادية تخمد وتتلاشى لكن الفرح الإلهي لا يخبو وهجه أبداً. إنه سعادة ربانية لا نهاية لها وتفوق حد الوصف.

* * *

يجب ألا نستخدم أبداً الأساليب المغلوطة للحصول على السعادة، وألا نتخلى عن السلام والثراء الروحي اللذين نمتلكهما في داخلنا طمعاً في الحصول على راحة موهومة وبحبوحة عيش براقة قد تلوّح لنا بهما الأفعال والتصرفات الجهنمية ذات الآثار المدمرة.

* * *

السكينة هي أفضل كاميرا لتصوير الحضور الإلهي. فمن خلال عدسة الطمأنينة الصافية والمركزة تركيزاً دقيقاً ستظهر الصورة المباركة واضحة بكل جلاء.

* * *

في الحقيقة إن كل الحكمة موجودة داخل نفسك وكل ما تحتاجه هو أن تصبح على دراية واعية بذلك .

* * *

الرضاء يكمن في تحسين الإنسان نفسه بحيث يسعى الآخرون إليه بدلاً من أن يسعى هو إلى الآخرين. يجب منح المحبة والصداقة دون توقع أي شيء أو المطالبة بأي شيء في المقابل. التوقع يجعل الشخص ضحية الشقاوة والتعاسة. وحتى عندما يبذل الشخص مجهوداً لتحسين نفسه يجب أن يقف بمفرده، آمناً مطمئناً في قلعة فضائله وقيمته الذاتية.

* * *

لتنبجس شلالات البهجة والتفاؤل من قلبي على الدوام وليلامس رذاذها المنعش كل الذين أقابلهم.

* * *

الفرح الروحي يولِّد في النفس الرغبة لمساعدة الآخرين من كل ناحية، وينمّي القدرة على تذوق المتع المعنوية الراقية التي تقود إلى السعادة مما يقلل من الميل إلى الملذات الخشنة.

* * *

مهما كان دورك صغيراً يبقى مع ذلك بأهمية أكبر الأدوار من حيث المساهمة في إنجاح المسرحية الكونية التي تؤديها النفوس على مسرح الحياة.

* * *

الوعي الكلي هو وعيٌ مطلق لا نهائي، دائم التجدد ولا نفاد لإبداعه، ومن خلالك يحاول الإعراب عن مظهر فريد من ذاته.

* * *

إن تذوقت الحب الإلهي ولو مرة واحدة فلن تتخلى عنه أبداً لأنه لا يوجد شيء آخر مثله في الكون بأسره.

* * *

العارفون بالله بلغوا مراحل روحية متطورة جداً بحيث لا يكتفون بتقديم النصح الروحي وحسب للخاطئين، بل يمكنهم – بفضل الله وعونه - شحنهم بالقوة الروحية التي تحررهم من نتائج أعمالهم الآثمة.

* * *

إن كل الأعمال الصالحة والشريرة كامنة في خلايا الدماغ وتظهر على هيئة عاداتٍ أو نزعات صالحة أو شريرة في الفكر.

* * *

الإنسان الذي يعاني من عادات غير سليمة بسبب خلايا دماغه المشحونة بقوة تلك العادات يمكن تحرير نفسه بقوة الإرادة والتأمل والدعاء الصادق والتأكيد الإيجابي المتواصل إلى أن تتحول كل عاداته غير المرغوبة إلى عادات طيبة من السلام والهدوء. هذا يحدث عندما تعمل قوة الحياة الموجّهة توجيهاً صحيحاً على تغيير الطبيعة غير السوية لخلايا الدماغ بحيث تصبح تلك الخلايا مفعمة بكل ما هو طيّب وصالح وجميل.

* * *

الفهم هو عين الباطن ورؤية الروح وتلسكوب القلب.. وهو التوازن بين رزانة العقل ونقاء الوجدان.

* * *

في كل يوم نبصر مشاهد مختلفة، وكل يوم يأتي بدرس جديد ينبغي تعلّمه، ويُتوقع من الإنسان أن يتعلم الدرس بالتركيز

على الغرض الأسمى من وجوده: التعرف على مصدر كينونته وسند حياته.

* * *

لنعمل على نسيان أحزان الماضي ولنصمم على عدم التركيز عليها. وبإصرار أكيد وإرادة فاعلة لنجدد حياتنا، ولنعزز نجاحاتنا، ولنغذّ في نفوسنا العادات الطيبة والسجايا النبيلة.

* * *

إن من يظهر ضعف الآخرين ويسبب لهم الإحراج والحنق هو بعيد عن الحكمة والسداد.

* * *

أقوال لكل زمان ومكان

المتناغمون مع الله يبصرون جمالاً أخاذاً ويتذوقون عذوبة فائقة لا سبيل لاختبارهما بأية طريقة أخرى.

عندما نادتك روحي انفجرت سحب صمتك يا إلهي وانهمر غيث رحمتك مدرارا حتى غدا فيضاً من نعمتك غزيرا. ولقد غمر نهرك المبارك ضفاف كياني فغاصت نفسي في مياه الأبدية وذابت فقاعة حياتي الصغيرة في بحر وجودك الكلي..

لقد علمني مرشدي كيف استعمل إزميل الحكمة لأصنع من نفسي معبداً يليق بالحضور الإلهي.

إن أردت أن تحقق هدفاً سامياً، إبدأ بتصميم نموذج ذهني له. يمكنك الآن أن ترسّخ أي توجّه في وعيك فيما إذا غرست فكرة قوية في عقلك، عندها سيمتثل كيانك بأسره لتلك الفكرة وتأتي أفعالك مطابقة لها.

عندما تلامس القلب الإلهي ستتلاشى مصاعبك وسيملأ الحب قلبك، وستتراقص الاختبارات الروحية الرائعة كفوارات نقية في حدائق فكرك.

غيومٌ كثيرة تحاول أن تواريك وتحجبك عني، لكن من خلال ندى دموع الشوق يظهر لي إسمك المبارك وامضاً بحروف ذهبية ساطعة من وراء كل الستائر والحجب.

نقاء الوجدان يعني التعامل بشفافية مع الحقيقة.

هناك ضرورات حيوية وما يعتبره البعض "ضرورات" مع أنها غير ضرورية ولا لزوم لها. يجب تبسيط الحياة بالتركيز على الاحتياجات الأساسية والاستغناء عن الكماليات غير الضرورية.

ما أسماكِ أيتها الصداقة، وما أخصب تربتك وأقدسكِ! المحبة غذاؤك والإخلاص مشربك.

عندما يسير اثنان بوئام وانسجام بالرغم من خلافاتهما، يجمعهما هدف واحد هو العثور على راحة النفس وطمأنينتها في المحبة النقية والوفاء المتبادل... وحيث لا يلتمس المحب المتع على حساب المحبوب.. عندها، وفي حديقة الإيثار تتفتح أزاهير الصداقة العاطرة وتنفح أريجها الفواح.

العالم يدرب عقولنا على نحو مغاير ويجعلنا نعتاد على أشياء كثيرة بحيث نبدأ بالتفكير بأن لا سعادة ترجى بدون تلك الأشياء. ولكن يجب تبسيط الحياة وكذلك تبسيط حياة الأطفال وإلا ستعلمهم الحياة من خلال خيبات الأمل المريرة.

الحقيقة أكثر صحة وواقعية من مجرد الفكر أو الخيال، ولكن ما نفكر به أو نتصوره قد يتحقق في بعض الأحيان

الخيال عنصر بالغ الأهمية في عملية التفكير الخلاق. ولكن يجب أن ينضج الخيال ويتحول إلى قناعة راسخة، وهذا غير مستطاع بدون إرادة قوية.

إن تصورت شيئاً ما بكامل قوة إرادتك سيتحول خيالك إلى قناعة ذاتية، وعندما تستطيع الاحتفاظ بتلك القناعة

بالرغم من كل الآراء المعاكسة ستتجسد قناعتك على أرض الواقع.

يجب أن يتعلم المرء الوقوف بمفرده، مدعوماً بفضائله وقيمته الذاتية.

الفرح الروحي هو فرح متجدد ويظهر على نحو متزايد في المتفكرين بعمق بالله. وهو فرح يساعد على اتخاذ القرارات الصائبة والقيام بالأعمال الصحيحة، ولدى العثور عليه تتلاشى الرغبات والمشتهيات غير السليمة لأنها تفقد جاذبيتها مقارنة بالفرح الروحي.

لقد وهبنا خالقنا القدير الحياة والقوة والحكمة ومن واجبنا إيلاؤه اهتمامنا ورفع قلوبنا إليه حباً وامتناناً وعرفاناً بالفضل والجميل.

ساعدني يا إلهي كي لا أضرم نار الغضب حتى لا أحرق بلظى الحنق واحات السلام الخضراء في نفسي ونفوس الآخرين. ساعدني كي أخمد نار الغيظ بأمطار محبتي دائمة الانهمار.

فلتبقَ بحيرة رقتي وأنسي هادئة ساكنة لا تثيرها عواصف السخط التي لا تجلب سوى الشقاء.

القيام بأعمال مدفوعة بالإحساس بالواجب، أو تضحية الرغبات الشخصية خدمة ومحبة بشخص آخر هو أفضل بكثير من عمل ذلك من قبيل الخوف.

حتى عندما يكف الإنسان عن تجاوز القوانين السماوية يجب أن يفعل ذلك محبة في الله لا خوفاً من عقابه.

مهما كانت الأمور التي تخشاها، حوّل فكرك بعيداً عنها. اتركها لله وعزز ثقتك به.

الخوف يلازم الإنسان على الدوام، والتخلص منه ممكن بالتفكير بالله والإحساس بحضوره.

قد يكون من الصعب في البداية السير على دروب الفضيلة، لكنها دروب مباركة تفضي إلى راحة الوجدان والسعادة الحقة.

ليشرق مجد الله على كل زاوية من زوايا حياتنا، ولتسكن محبته قلوبنا، وليغمر نوره وعينا.

أيا محبوبي الإلهي، الزهور تتفتح والفصول تتغير وكلها تتحدث عنك. البدر يظهر ملامح ابتسامتك، والشمس تحمل قنديلك السماوي. إنني أعوم في بحر من دموعي المنهمرة شوقاً إليك. في أوراق الشجر وعروق البشر تنساب حياتك وحيويتك، وأحس بخفقات قلبك الكوني تنبض في خافقي.

عندما ألامس حضورك أشعر بأنني مستيقظ في عالم آخر وبين الفينة والأخرى أحلم بهذه الأرض وبهذا الجسم الصغير – جسمي. إنني مستيقظ في غبطة لا تنقطع وحلمي النهاري بحياة دنيوية تعطره ذكريات يقظتي السعيدة بك. لقد اقتلعت أعشاب

الكوابيس من حديقة أحلامي وزرعت مكانها ورود إلهاماتي حيث سيجتذبك أريج أشواقي فتأتي لتأخذني معك إلى آفاق النعيم الأبدي.

اجعلني يا إلهي شفافاً بالطهارة والنقاء علني أبرز نورك الشافي في داخلي .

هدّىء مرآة عقلي المهتزة كي تعكس وجهك اللانهائي.

افتح نوافذ الإيمان على مصراعيها حتى أتنسم عبير سلامك.

أيها النيّر بذاته، أيها الجلال الذي يعصى على الوصف، حدّق بعينيّ الوالهتين شوقاً إليك علني لا أبصر في الوجود سواك.

خلف كل ظواهر الحياة ومظاهرها يكمن صوت الله الصامت الذي ينادينا على الدوام من خلال الزهور والأسفار المقدسة ومن ضمائرنا وكل الأشياء الجميلة التي تجعل الحياة جديرة بالعيش.

كل مجهود يبذله المريد لارتياد القمم الروحية يحتسبه الله له ويثيبه خيراً عليه.

نسألك يا رب أن تومض عقولنا بنور حقك، وأن تنبض قلوبنا بحبك، وتمتلىء نفوسنا بغبطتك وفيض نعمتك .

من ذلك الأفق الشفاف الذي لا يمكن للعقل اختراقه يسكب الله نوره السرمدي.. ومن العقل الكوني تأتي الإلهامات السامية والقوى المباركة وينساب النشاط الخلاق إلى العقول المتفتحة والمتناغمة.

عندما تجد أن نفسك وقلبك وكل خلجة إلهام والسماء الزرقاء والنجوم المشعشعة والجبال والأرض والطيور والزهور جميعها ينتظمها خيط واحد من الايقاع الكوني والفرح الروحي والوحدة الشاملة... ستدرك عندها أنها كلها أمواج على صدر المحيط الإلهي الذي لا ساحل له.

إذا نسينا خالقنا فإننا نستحق الآلام. يجب أن ندرك بأن الله حبيبنا ويحبنا، وهذه المعرفة ستحررنا من مشاكلنا ومعاناتنا.

المحب الصادق لله لا يوقف بحثه عنه حتى وإن لم يوفق في العثور عليه بعد محاولات عديدة. ومثلما ينبغي للموجة أن تعود إلى قلب المحيط بعد هدوء العاصفة، هكذا الحال مع

الباحث الجاد، فهو يمتلك إيماناً ضمنياً بأن العوائق ستتداعى ولا بد أن يتوحد مع المحيط الكوني عاجلاً أم آجلاً.. ذلك المحيط اللانهائي الذي منه أتى وإليه يعود.

عندما يفكر العقل بالمحبوب الإلهي على الدوام يصدح القلب بأناشيد البهجة والفرح.

الابتعاث الروحي هو بزوغ الإنسان مما هو عليه الآن إلى ما سيكون عليه في المستقبل.

لا يستطيع الشخص إخفاء طبيعته الحقيقية عن الآخرين... فاهتزازات أفكاره ستنعكس بكيفية ما على سلوكه وتظهر من خلال تصرفاته.

هناك العديد ممن لديهم مفهوم خاطئ عن الحرية، فهم يعتبرون الحرية عمل كل ما يحلو للشخص أن يفعله، وأنا أدعو هذه الحرية حرية الهوى.

وبسبب الفهم المغلوط لطبيعة الحرية الحقيقية يوجد بعض الآباء والأمهات الذين يجعلون من أبنائهم عبيداً للعادات من خلال الاستجابة الفورية لرغباتهم. وهكذا ينشأ الطفل مفتكراً أنه ما دامت رغباته محققة فإنه سعيد وأن هدف الحياة هو تحقيق كل رغبة. لكنه يكتشف فيما بعد انه كان واهماً، إذ أن العالم الخارجي يختلف كلياً عن الحياة البيتية، ويكتشف انه ليس بالأمر السهل تحقيق كل رغبة! فالآخرون قد يزاحمونه ويدفعون به جانباً من أجل تحقيق رغباتهم الشخصية دون اهتمام او مبالاة به. وهو بدوره يصبح قاسي القلب متبلِّد الأحاسيس بفعل الرغبة الجامحة في تحقيق رغباته. لذلك على الآباء والأمهات مساعدة أبنائهم كي ينموا إرادتهم وتمييزهم ليتمكنوا من العيش في العالم دون الوقوع في شراكه ومطباته.

الأم تقول "علمه بمحبة". طبعاً المعاملة بمحبة مستحسنة في معظم الأحيان، لكن كثرة الحلاوة تفسد الأسنان، وبالمثل كثرة الدلال تفسد الأطفال. الحاجة تمس إلى قدر من الصرامة والحزم، ولكن إذا عومل الطفل وعوقب بكثير من القسوة على غلطة ارتكبها فالنتائج ستكون وخيمة. يجب أن يكون هناك توازن في معاملة الأطفال والتعامل معهم؛ فعلى كل أب أن يمزج

مزاجه بالحب والحنان، وعلى كل أم أن تتبّل حبها بالحكمة والعقلانية.

على الإنسان أن يحتفظ بحالة نفسية مستقرة من الحب لله والشوق له. لقد جرّبت أعمالاً كثيرة، ولكن مهما تكن طبيعة عملي فإن فكري يبقى دوماً مع الله.

يجب أن نستمتع بهذه الخليقة إنما دون السماح لها باستعبادنا. ولقد علمتني التجارب أن لذة العثور على الله لا تعادلها لذة أخرى.

قبل الشروع بمهام كبيرة، يجب الجلوس بهدوء وتسكين الحواس والأفكار، والتأمل بعمق وطلب العون الإلهي من أجل الحصول على الهداية الروحية والتوجيه السديد.

دعني أدرك أن الابتسامة المرتسمة على محيا الفجر، على ثغور الزهور، وعلى وجوه النبلاء من الرجال والنساء هي ابتسامتك.

لن تؤثر بي الصور المتعاقبة للمصائب وسوء الطالع والمرض أو أي عوائق غير متوقعة لأنني أدرك بأن الوعي المنضبط والوثيق الصلة بالوعي الكوني لا يعاني ضمناً من الإخفاقات والمنغصات.

الحرية تعني القدرة على التصرف بوحي الحكمة وليس وفقاً لإملاءات الأهواء والعادات والنزوات. إطاعة الأنا تقود إلى العبودية، أما الامتثال لإيحاءات الروح فيفضي إلى التحرر من القيود.

لا فرق عندي إن عشت في قصر فخم أو كوخ متواضع ما دام الله معي.

سأستخدم مالي المكتسب بأمانة كي أعيش ببساطة، مستغنياً عن العيش الباذخ.

بالإيمان بالله وباستخدام قوة الإرادة يستطيع الإنسان التغلب على المرض والفشل والجهل ما دامت اهتزازات الإرادة أقوى من اهتزازات الأمراض الجسدية أو النفسية. وكلما كان المرض مزمناً كلما تعين أن تكون الإرادة أقوى وأكثر تصميماً، والإيمان أعمق وأرسخ، من أجل تحقيق النتيجة المرجوة.

ألهمني يا رب كي أحصر ثقتي بك لا في وسائل الحماية البشرية وحسب. دعني لا أخدر بالخوف والقلق قواي غير المحدودة لمواجهة أي من تجارب الحياة.. ودعني لا أتخيل الحوادث والنكبات والمصائب خوفاً من تجسيدها الفعلي بقوة التفكير والتصور، ولأدرك يا رب أنه سواء كنت مستيقظاً أو نائماً، صاحياً أو غارقاً بأحلام اليقظة، حياً أم محتضراً، يظل مع ذلك حضورك الواقي يشملني ويحرسني.

يقول الحكماء: إن ثمرة الأعمال الطيبة المدفوعة بحب الله والفضيلة هي التوافق والنقاء. وثمرة الأعمال المدفوعة بالرغبات والطموحات الأنانية هي الألم والعناء. أما ثمرة الأعمال الشريرة فهي الجهل والغباء.

العمل الطيب يثمر السعادة والأعمال الدنيوية المشبعة بمحبة الذات عاقبتها المعاناة والألم. أما الأعمال الشريرة المتواصلة فتقضي على ملكة التمييز والفهم في الإنسان.

إن أردت أن تحيا بسلام ووئام فيجب أن تكون نواياك طيبة وأن تبث أفكار الخير ومشاعر المحبة. إن عشت حياة فاضلة ستساعد الآخرين من خلال نموذج حياتك ومسلكك الحسن.

في اللحظة التي ينتابني القلق والتشويش الذهني سأركن للسكون والتأمل حتى أستعيد هدوئي، وسأستفتح كل يوم بالتفكير بالله وطلب عونه وهدايته.

صمم على عدم السماح لأعشاب الكراهية الخانقة بالنمو والتغلغل في بستان حياتك المليء بمزايا الروح النبيلة. وكلما نمّيت الصفات والمزايا الشبيهة بالورود العاطرة كلما أظهر لك الله سر الوجود الأعظم في كيانك.

إن غاية الحياة تتمثل في إحراز السلام والرضا والخلود والسلامة ومعرفة الحقيقة، وفي صميم هذه الأماني التي تعتمل في نفوسنا يكمن الجوهر الإلهي في أعماقنا.

فلأعثر على حريتي بك يا رب، ولأدرك أن بيتي الحقيقي هو وجودك الكلي وأنني جزء لا يتجزأ من وعيك الكوني.

أيها البحر الرباني الزاخر، دع أنهار رغائبي المنسابة وسط صحاري العوائق والعراقيل تمتزج أخيراً في خضمّك الأعظم.9

فقط في الحصن الإلهي نجد حماية وأمناً، وليس من ملجأ آمن كالشعور بقربنا من الله وملامسة حضوره .

بما أن الإنسان محكوم بالعادات التي تشكّل الميول والنزعات والطباع والرغبات، فإن كانت تلك العادات سيئة تصبح الطباع مؤذية والأفعال شريرة. لذلك من المستحسن أن تكون الأولوية للعادات الطيبة لأنها عندئذ توجه أفعالنا وأفكارنا نحو أهداف نبيلة وتعود علينا بالصحة والسعادة.

حيثما وُجِدت نفوسٌ حزينة ومتألمة أجد راحتي في خدمتها وتقديم العزاء لها. سأبذل ما بوسعي لإسعاد الآخرين وسأشعر بشعورهم كما لو كانوا نفسي.

القدرات العقلية موجودة في الإنسان ولكنها غير نامية في معظم الناس، وعدم تنمية تلك القدرات يقود إلى عواقب وخيمة. فالعقل كالجسد يحتاج إلى الغذاء المناسب والتمرين الصحيح من أجل الصحة والنشاط.

الماسة تستقبل وتعكس النور، وهكذا النفوس النقية الشفافة التي تعرف الله وتتألق بحضوره.

يا رب، أنت الثروة الحقيقية في الحياة، وبالعثور عليك أولاً سأجد بك كل ما أحتاجه.

عادة ما يركز الناس فقط على الطعام والهواء وأشعة الشمس لإبقاء الجسم في حالة جيدة، لكن قد يأتي وقت تتدهور فيه الصحة بالرغم من وجود مدد وافر من هذه المصادر الخارجية للحياة. عندئذ تبزغ الحاجة لشحن بطارية الجسم بالطاقة الحيوية من المصدر الداخلي.

إن اقترب قاربُ عقلي من صخور الرغائب الجشعة التي تنطوي على أخطار ومحاذير، مدفوعاً بأنواء الجهل العاتية، فكن يا إلهي منارتي وارشدني دوماً إلى شطآن بِرك وصلاحك.

الفكر كاللهب الذي ينبغي استخدام قوته المركزة لحرق العقبات التي تحول دون تحقيق الإنجاز.

يمكن العثور على الله بالحب الإلهي المتواصل. عندما نحب الله أكثر من عطاياه سيأتي إلينا. لقد منحنا حرية الإختيار وقوة الإرادة لكي نتمكن من التمييز بين عطايا العالم الطفيفة الزائلة وهبة القرب منه والتنعم بحضوره المبارك.

لقد أُعطيت لنا الذاكرة كي نتدرب على تذكّر الأشياء الطيبة إلى أن نتمكن أخيراً من تذكّر الخير الأعظم: الله.

نسيم حبك ينساب من خلالي يا رب! وأوراق أشجار حياتي تتراقص مبتهجة بقدومك. حفيفها المغتبط ينساب في الأثير ويدعو المتعبين كي يستريحوا في ظل سلامي الروحي.

ليس المقصود من صعوبات الحياة أن تسبب لنا الأذى، ففي المشاكل والأمراض دروس لنا. تجاربنا المؤلمة ليس الهدف منها القضاء علينا بل لصهر الشوائب التي في نفوسنا من أجل تنقيتنا وتسريع عودتنا إلى مصدرنا النقي – الله - الذي يعمل بشتى الوسائل والطرق على مساعدتنا وإعادتنا إلى بيتنا السماوي.

اللانهاية هي بيتنا الحقيقي وسياحتنا إلى هذه الأرض وفي هذه الأجساد المادية هي بمثابة رحلة بتأشيرة قصيرة الأجل.

يا رب، إنني أدرك بأن المديح لا يرفع من قدري ولا المذمة تقلل من شأني. فأنا كما أنا أمام ضميري وأمامك. سأواصل السير على الطريق، باذلاً ما بوسعي لخدمة الجميع، وعاملاً على كسب رضاك.. وبذلك تكمن سعادتي.

إنك مخلوق فريد وجوهرك رائع، فتعرف على ماهيتك الحقة.

مع بزوغ فجر قدومك ستتفتح براعم أشواقي إلى زهور عاطرة ناضرة.

عجّل يا رب بإطلالة ذلك اليوم الذي به أضفر قلادة من تلك الزهور الندية وأضعها على أعتابك المباركة.

بدلاً من السعي الدائم لإسعاد الشخص نفسه وحسب، يجب أن يحاول أيضاً العمل على إسعاد الآخرين. وعندما يحاول تقديم خدمة روحية أو عقلية أو مادية للغير، سيجد أن احتياجاته الذاتية قد تحققت... وأن كأس حياته طافح بالسعادة.

الذين يحرزون على الأرض انتصاراً باهراً على الظلام سيكون نور المجد من نصيبهم وسينعمون بالسلام والسعادة الباطنية.

انثر يا رب عى الدوام بذور بركاتك في تربة قلبي المحروثة بالابتهال كي تنمو إلى أشجار ظليلة تحمل غصونها أشهى وأعذب ثمار معرفة الذات.

غالباً ما نظل نتألم دون أن نبذل مجهوداً للتغيير، ولهذا السبب لا نجد سلاماً ورضاً دائمين. لو واظبنا على المحاولة وبذل المجهود لاستطعنا بكل تأكيد التغلب على كل الصعوبات. يجب أن نسعى جاهدين للانتقال من الشقاء إلى السعادة، ومن القنوط إلى الشجاعة.

أيها الحب الإلهي، وحّد محبتي بمحبتك، وامزج حياتي بسرورك، وعقلي بوعيك الكوني، واسقني من ينبوع فرحك الأبدي.

قلب المريد الصادق يلهج دوماً: "يا إلهي وحبيبي، لا أريد الإنغماس في معمعان هذا العالم الوهمي، وكل ما أريده هو إيقاظ حبك في قلوب الناس. إن قلبي وروحي وجسمي وعقلي وكل ما أملكه هو لك يا رب." ذلك المريد يصل إلى الله ويتعرف عليه.

امنحنا يا رب فكرة جديدة وحقيقية عن الإخاء. فلنهجر الحروب ولنشفِ جراحات الشعوب بمرهم المحبة والبلسم الدائم للفهم الودي التعاطفي.

باركنا كي نتحرر من نفوذ الطمع وهيمنة الخداع وسيطرة الأوهام، وساعدنا كي نبني عالماً جديداً لا يكون فيه المرض والجهل والمجاعة سوى أحلام من الماضي الموحش الكئيب.

دعنا نحل كل المشكلات لا بمنطق الغاب بل بالفهم والصواب والثقة الراسخة بك وبعدلك الإلهي.

لقد جمعتنا الحياة هنا لنبقى معاً لفترة من الزمن ومن بعدها ننطلق في اتجاهات مختلفة. ولكن إن كان حب الله يسكن نفوسنا فلا يهم إلى أين نتوجه لأننا مهما ابتعدنا عن بعضنا سنظل في دائرة الحب الإلهي ولن نفترق أبداً.

اجعلني يا رب نسر التقدم الروحي المحلق عالياً فوق أزقة ضيق الأفق والتطرف.

نادني إلى آفاق أعلى وأعلى، خلف الاهتزازات الأرضية الكثيفة والغيوم الحاجبة لنور الشمس.

فلأستقل جناحيّ التوازن للعيش الصحيح، ولأنطلق إلى تلك الأجواء الشاهقة فوق كل العواصف والأعاصير حيث الآفاق الرحبة والمدركات السامية.

يأتي السلام عندما نفتح قلوبنا للمحبة ومشاعر الخير. فذوو القلوب المُحبة والناشطون في الأعمال الخيرة يشعرون بالسلام لأنه يسكن بهم. السلام هو محراب السماء وهو الركيزة الأساسية للحياة السعيدة.

يجب أن نفكر دوماً بالجمال الإلهي خلف الأزهار، وبالنور الكوني خلف الشمس، وبالحياة العظمى التي تومض في كل العيون.

عندما يكون الشخص لطيفاً حقاً ويبدي احتراماً نحو الآخرين، ويقابل المجاملة بمثلها، سيُعامل دوماً بتقدير واحترام.

سأبث محبتي للآخرين علني أفتح منفذاً لمحبة الله كي تأتيني وتسكن قلبي.

دعني يا رب أكون منارة للغارقين في لجج الأحزان. وساعدني كي أعمل على إسعاد الآخرين عرفاناً للفرح الروحي الذي أغدقته عليّ.

سأصهر الكراهية في نار محبتي.. وسأسامح الآخرين وأمنح الحب لكل القلوب الصادية.

الحب الحقيقي هو الحب الذي يَسعد براحة المحبوب.

ليشرق يا رب نورك علينا وليملأ حبك قلوبنا على الدوام.

إن امتلاك الإنسان لروح المبادرة يعني امتلاكه لقوة التصور الإبداعي التي تمكّنه من ابتكار شيء ما لم يسبقه إليه أحد من قبل... كل شخص مولود بهذه الميزة الموهوبة له من الله.

إن أعظم حب هو الحب الإلهي الذي يجعل الحياة جميلة على نحو يصعب وصفه. عندما تشعر أن الله معك، يأتي إليك حيثما كنت ويرشد خطواتك يكون الحب الإلهي قد بدأ.

قوة الحق تنطلق بعكس اتجاه الريح.

يا رب، عندما تواجهني مشاكل مؤقتة، دعني أتذكر أفضالك العميمة عليّ في الماضي، موقناً بأن عونك لا يفارقني وعنايتك تواكبني على الدوام. إليك أرفع امتنان قلبي لكل بركة تأتيني من يدك الكريمة.

قطرات الحب تشعشع في النفوس الطيبة، والله يمكن العثور عليه فقط في بحر الحب.

الفهم هو المصباح الذي ينير درب الإنسان ويجلب له النجاح.

في فصل الربيع يرصع الله الطبيعة بأبهى الورود والأزهار ذات الحلل البديعة والألوان الزاهية.

السلام هو البشير الأول الذي يعلن الاقتراب من الحضرة الإلهية. بعد ذلك يتحول السلام إلى أنوار أشد سطوعاً من الفرح الذي لا انتهاء له.

عندما أغوص عميقاً في بحر التأمل أشعر بخفقة مباركة داخل كياني وأسمع صوتاً هامساً يقول: "إنني قريب."

يجب التوجه إلى الداخل حيث تعرب النفس عن ذاتها. فمن أعماق الروح تبزغ كل اختبارات الحياة الباطنية.

عندما تحقق النفس ذاتها مع الوعي الإلهي تشعر بغبطة عظيمة وبتمددها في الفضاء اللامحدود.

إن استخدمت كل الوسائل والوسائط الخارجية المتاحة لك، إضافة إلى قدراتك الطبيعية، من أجل التغلب على كل العقبات التي قد تعترض طريقك، فستنمّي القوى التي وهبها الله لك: تلك القوى غير المحدودة التي تنبثق من أعمق أعماق كيانك.

الحب يسير على الدرب الذهبي الذي يوصل إلى الله.

سأنشر أشعة شمس الأماني الطيبة والنوايا الحسنة حيثما تسلل ظلام سوء الفهم.

عندما تهجم عليك المصاعب ومع ذلك ترفض التوقف عن المحاولة وبذل المجهود، بالرغم من كل العوائق والعقبات، عندئذ يستجيب لك الله ويكلل مساعيك بالنجاح.

يا رب، سأقتطف زهرة الشوق من بستان قلبي وأضعها تقدمة حب على أعتابك المقدسة.

بما أن أفكارنا وكلماتنا هي البذور التي ستجلب لنا محصول المستقبل، سأبدأ من اليوم بملء وعيي بالأفكار الإيجابية الطيبة.

أطير وأحلق بطائرة وعيي إلى أعلى وأسفل، شمالاً ويميناً، في الداخل والخارج وفي كل مكان.. لأجد أنني في كل ركن من أركان الفضاء كنت وما زلت في حضرة الله.

عِش كل لحظة في وعي علاقتك بالمطلق اللانهائي. لا توجد نهاية لوعيك، وكل الأشياء تومض وتتألق كالنجوم في سماء كيانك.

الترك أو عدم التعلق هو الطريق الحكيم الذي يسير عليه المريد، مترفعاً بإرادته عن أشياء زهيدة من أجل أمور جليلة. إنه لا يقيد نفسه بالمتع الحسية العابرة رغبة في الحصول على فرح باطني متجدد. الترك ليس غاية بحد ذاته لكنه يمهد الطريق لبزوغ مزايا النفس وقواها الروحية.

المظفر الروحي يتقدم بخطوات جريئة على دروب الحياة.

يجب أن يستفيد الإنسان إلى أقصى حد من حياته الحاضرة، وأن يفتح نوافذ قلبه ويوقظ وينعش ملكات روحه الهاجعة.

خلف أقنعة التغيير والتبديل يكمن الحضور الإلهي. ومن يقدر على تثبيت مرآة عقله ومنعها من الارتجاج، يعاين في تلك المرآة الصافية وجه المحبوب الكوني.

الحب أقوى من الموت ومن ويلات الزمن.

تحليل الذات هو سر النجاح، والتأمل هو مرآة نرى من خلالها زوايا داخلية تبقى بخلاف ذلك محجوبة عن بصرنا. يجب تشخيص الإخفاقات وفرز الميول الصالحة والطالحة والتعرف على معوقات التقدم والنجاح.

ما أروعك أيتها الصداقة! يا من تستقين من مياه الاهتمام الودي الصادق ويرطب أوراقك ندى العذوبة الداخلية والخارجية النابع من أعماق القلوب المخلصة الوفية.

رأيت ذات يوم نملة صغيرة تحاول تسلـّق كومة من الرمل، فقلت بيني وبين نفسي: لا بد أن النملة تفكـّر بأنها تتسلق جبال الهملايا! ربما بدت كومة الرمل هائلة الحجم بالنسبة للنملة ولكن ليس لبصري. وبالمثل فإن ملايين من أعوامنا الشمسية قد تكون أقل من دقيقة واحدة في عقل الله.

<u>يجب تدريب أنفسنا على التفكير بالأمور العظيمة مثل الأبدية واللانهاية.</u>

لقد تجولت في عالم اللانهائية وعاينت الضباب المتوهج في أرض النور، وفي ذلك الألق الحي قرأت معاني الخفايا المدونة على صحائف الزمن.

عندما تنام تقوم بتسكين الأفكار والإحساسات تسكيناً سلبياً. أما عندما تقوم بتهدئة الأفكار والإحساسات بطريقة واعية بالتأمل، تختبر أول ما تختبر حالة من السلام فتقوم عضلات الوجه بتشكيل ذاتها على هيئة ابتسامة تعكس سلام القلب. ولكن يجب أن تتطلع إلى ما بعد حالة السلام كي تبصر نقاء روحك. ذلك النقاء الذي لا تشوبه ولا تشوهه الإثارات الحسية أو ردود الفعل التلقائية الناجمة عن الأفكار المقترنة بالحواس. الحالة التي تختبرها عندئذ هي غبطة دائمة التجدد.

إن وضعتَ إناءً من الماء تحت ضوء القمر ثم خضخضت الماء ستخلق صورة مشوهة للقمر. وعندما يهدأ الماء في الإناء يظهر الإنعكاس جلياً. اللحظات التي يكون الماء في الوعاء راكداً وعاكساً لوجه القمر بصفاء يمكن مقارنتها بحالة السلام التأملية وبحالة السكون الأكثر عمقاً. في سلام التأمل تنعدم كل أمواج الإحساسات والأفكار من العقل. وفي حالة السلام الأعمق غوراً يبصر المتأمل في تلك السكينة بدرَ الحضور الإلهي منعكساً في بحيرة النفس.

هناك أربع حالات يعرفها الشخص العادي: فهو يشعر بالسعادة لدى تحقيق رغبة ما، ويشعر بالتعاسة إن امتنع عليه تحقيقها. أما عندما لا يكون سعيداً ولا مكتئباً فيشعر بالضجر. ولدى تخطي هذه العواطف أو الحالات النفسية للذة والألم والضجر يشعر بالسلام.

السلام حالة مرغوبة جداً ناجمة عن انعدام حالات الحزن واللذة وغياب السأم. وهذه الحالات هي دائمة التماوج على صفحة النفس. فبعد امتطاء هائج صاخب لموج الألم واللذة، بما في ذلك انغماسات متكررة في لجج الضجر، هناك متعة في العوم على صدر بحر السلام الهادئ. لكن أعظم من السلام هي النشوة الروحية.. غبطة النفس.. منتهى السعادة. إنها فرح متجدد لا يختفي أبداً بل يلازم الروح طوال الأبد. ذلك الفرح الأعظم يمكن بلوغه فقط بإدراك الحضور الإلهي.

الإبتسامة الحقيقية هي ابتسامة السعادة الروحية المتحصلة من التأمل والتفكير بالله والإحساس بحضوره.

ابتسامتي تنبع من ابتهاج عميق في كياني.. ابتهاج يمكن لكل إنسان أن يحصل عليه. فهو يشبه أريجاً متضوعاً من قلب وردة النفس المتفتحة. هذا السرور العظيم يدعو الآخرين للابتراد في مياه الغبطة المقدسة.

في نور الصفح المبارك تتلاشى ظلمة الكراهية المتراكمة على مدى سنين طويلة.

إن الله يحقق بسرعة أية حاجة لمتعبديه لأنهم تحرروا من الدوافع الأنانية التي تحبط المساعي وتخيّب الآمال.

من يحمه الله لا يقدر شيء على تدميره.

لسنا وحيدين في هذا العالم، فالله معنا وهناك علاقات ودية حميمة تدوم ونستمد منها الدعم والفرح

أيا كوكب الهداية المتألق في سماوات الحكمة، إن وميضك الباهر يدعوني لارتياد آفاقك المباركة، وطائر حنيني يندفع بسرعة فائقة، مخترقاً الأجواء الكثيفة المكفهرة، يحدوه الشوق إليك والتنعم بوهجك الأقدس.

تبدأ شخصية المرء بالتطور والتفتح عندما يتمكن من الشعور - عن طريق الإحساس الباطني الحدسي - بأنه ليس الجسد المادي الصلب بل التيار الروحي الأبدي داخل الجسد.

عندما يطفح قلب المريد بحب الله سيشرق وجهه بابتسامة السلام والحكمة، وستتفتت طبقات الجهل التي تغلف نفسه وتتلاشى تماماً.

عندما تنظر إلى زهرة أو شجرة تعلم أن هذه الأشكال الجميلة للحياة لم تأتِ للوجود من تلقاء ذاتها، فالله هو الذي صورها ووهبها الأريج والرونق البديع.

قم دوماً بإنجاز واجباتك الصغيرة والكبيرة بانتباه عميق، متذكراً بأن الله يهدي خطواتك ويعزز جهودك لتحقيق طموحاتك الشريفة.

عندما يتصل الإنسان بجوهره الروحي فإن الأزمان المنسية الغابرة وقوى النفس الخالدة ستعود إلى وعيه. في التأمل يتذكر الإنسان أنه نفس خالدة وليس جسداً فانياً.

في كل مكان نجد الناس، الطيبين منهم والأشرار، يبحثون بطريقتهم الخاصة عن السعادة. ما من أحد يرغب بإلحاق الأذى بنفسه. إذاً لماذا يتصرف بعض الناس بطريقة شريرة تسبب لهم حتماً الألم والحزن؟ لأن تلك الأفعال مدفوعة بالجهل والأوهام.

نسألك يا رب أن تشرق علينا بنور حكمتك وأن تبعد عنا ظلمة الجهل والوهم.

يجب أن يكون الشخص الواعي حذراً بدلاً من الشعور بالخوف، ويجب أن ينمي داخل نفسه إحساساً جريئاً دون طيش وتهور كي لا يعرّض نفسه لظروف قد تثير الخشية والقلق.

الحكمة لا تعتمد على ضخ المعلومات من الخارج بل على قوة التقبل الداخلية والتي تحدد مقدار المعرفة الحقيقية التي يمكن اكتسابها والسرعة التي يمكن بها إحراز تلك المعرفة.

هذا العالم هو مجرد مسرح نؤدي عليه أدوارنا بتوجيه من مدير المسرح الإلهي. يجب أن نحسن الأداء بصرف النظر عن طبيعة الأدوار المخصصة لنا، متذكرين على الدوام أن طبيعتنا الجوهرية هي غبطة دائمة.

أحكم الحكماء هو من يسعى للتعرف على الله، وأنجح الناجحين هو من عثر على الله.

أيها المحبوب الإلهي، لتحتل المقام الأول في حياتنا، وليملأ حبك الشافي قلوبنا، وليبدد نورك المبارك ظلمة الهموم من نفوسنا.

الحرية معناها العمل بوحي الضمير وليس بإملاء العادات والرغبات. إطاعة الأنا وأهوائها تورث القيود، أما الإمتثال لإيحاءات الحكمة فيمنح التحرر من تلك القيود.

طمأنينة النفس يمكن العثور عليها بالتنمية الإرادية الواعية للمزايا الطيبة والتي عندما تصبح مكتملة النمو لا يمكن لأحد انتزاعها من صاحبها ما لم يختر هو التخلي عنها بمحض إرادته.

معظم الناس يبحثون عن السعادة باستخدام أساليب مغلوطة. البعض يظن أن باستطاعته مضاعفة سعادته بانتهاج سلوكيات خاطئة وأفعال غير سليمة تبدو وكأنها تمنح وعوداً براقة بسعادة عارمة دائمة فينخدع بتلك الوعود الزائفة إذ لا

يمكن تذوق طعم السعادة الحقيقية في جحيم الأوهام الباطلة والأفعال الخاطئة.

كل دقيقة هي أبدية لأن الأبدية يمكن اختبارها في تلك الدقيقة. الأيام والدقائق والساعات هي نوافذ يمكننا من خلالها رؤية الأبدية. الحياة قصيرة وفي نفس الوقت هي سرمدية لا انتهاء لها. النفس خالدة، وخلال فصل الحياة البشرية القصير يجب الاستفادة إلى أقصى حد من كل الإمكانات والفرص المتاحة.

الكلمات الروحية هي كالبذور التي تحتاج إلى تربة خصبة لكي تنبت وتنمو وتزهر وتثمر.

النمو الروحي يلزمه وقفة مع الذات، وإعادة ترتيب أولويات الحياة، وتحديد العادات الضارة والتخلص منها، ومراعاة قواعد وقوانين الصحة بما يتماشى مع الفهم الروحي المتطور والقوة العقلية المتنامية.

عندما يتذوق المريد الفرح الإلهي سيجد أن الله قد أصبح حقيقياً بالنسبة له أكثر من أي شيء آخر، وسيدرك أن ملامسة الحضور الإلهي غبطة لا تعادلها أية متعة حسية.

إن الله يعمل على إيقاظ وعي الإنسان الروحي وتوجيه إرادته في المسار الصحيح من خلال جمال الفضيلة وعظمة التسامح وجلال الحكمة وروعة السعادة الروحية.

لن أعتبر الآخرين غرباء لأنني أشعر بأن الجميع هم أخوتي وأخواتي. سأجعل حياتي ناجحة ومثمرة كي أساعد الآخرين على النجاح والإنجاز. سأشعر بشعور الغير وأتعاطف معهم مثلما أتعاطف مع نفسي. سأحب الله مثلما أحبه الأنبياء والأولياء، وسأرمي بالأنانية في بئر محبتي للآخرين.

خلف هذه الحياة الأرضية المتقلبة والخاضعة للموت توجد حياة أبدية عديمة التبديل. الجسد مُركّب من عناصر كيماوية خاضعة للتحلل والاندثار، لكن ما وراء هذه الحياة العابرة توجد حياة سماوية خالدة في كنف الله. لذلك يجب ألا نحصر كل اهتمامنا في هذا الجسد غير الدائم، وعلى الراغب أن يتحمل تجاربه ويكون سيده.

اليوم سأحاول مساعدة المحتاجين وإعطاء ما أقدر عليه للجائعين.

إنني آمن مطمئن في حمى الله وخلف أسوار ضميري المرتاح. إنني واحد مع نور الخير الذي يهدي سفن الأنفس التي تتقاذفها أمواج الحزن في بحر الحيرة والقلق.

اليوم أحس بالله في خفقة السلام التي ترتعش في نفسي وتحرك أوتار قلبي.

سأعمل كل ما بوسعي لإسعاد الآخرين تماماً مثلما أعمل جاهداً لإسعاد نفسي، ومن خلال سعادتي الروحية سأخدم الجميع في بيت الحب الإلهي ولن أخشى شيئاً سوى نفسي فيما إن حاولت مخادعة ضميري.

من بساتين الروح

تنوي الذهاب إلى مكان ما، فتستعجل نفسك رغبة في الوصول إليه بسرعة، وعندما تصل تجد أنك لا تستمتع بالمكان بسبب ما يعتمل في نفسك من لهفة وقلق وربما اضطراب. حاول بدلاً من ذلك أن تكون أكثر هدوءاً ورصانة واتزاناً. وإن جنح الفكر للقلق والاهتياج اصفعه بإرادتك حتى يلزم الهدوء.

الإثارة تؤثر سلباً على توازن الأعصاب، لأنها ترسل كمية كبيرة من الطاقة إلى بعض أعضاء الجسم وتحرم غيرها من حصتها الطبيعية، وهذا النقص في التوزيع الصحيح للطاقة هو سبب العصبية. الجسم الهادئ المرتاح يريح الأعصاب ويستجلب الطمأنينة النفسية.

في تناغم النفس مع الله تبدأ البصيرة بالتفتح التدريجي. يجب امتلاك الثقة التامة بأن الله سيستجيب لكل ابتهال نابع من القلب. ومن يتوجه إليه طلباً للإستنارة سيفتح بصيرته وينير عقله وقلبه.

عندما تنفتح البصيرة فإنها تظهر بصورة شعور يبدو أنه نابع من القلب، وذلك الشعور على درجة عالية من الدقة والصفاء. ومع ذلك الشعور سيحصل المريد على قناعة راسخة وتوجيه صائب لانتهاج المسار الصحيح، وسيتمكن تدريجياً من تمييز ذلك الشعور والوثوق به.

هذا لا يعني الإستغناء عن التفكير، فالتفكير الهادئ وغير المتحيز يقود أيضاً إلى البصيرة. أما التفكير العاطفي المدفوع بالغرور والإعتداد بالنفس فيقود إلى فهم مغلوط واستنتاجات خاطئة.

ارفض رفضاً قاطعاً الشك الهدام والإعتقاد الخاطئ وتوجه قلباً وروحاً إلى مملكة الإيمان والثقة التامة بالله. وفي هدأة التأمل سيتمكن وعيك من التركيز على الحقيقة والفهم الصحيح. في ذلك الإختبار يزهر الإيمان ويتفتح، وعن طريق البصيرة ستختبر {ما لا عين رأت، ولا أذن سمعت، ولا خطر على قلب بشر}

كل نفثة من نفثات حنيني وابتهالي تفتح في روحي أبواباً ونوافذ منها أعبر إلى نعيم الله.

مثلما تشع الشمس على أكثر الطرقات اكتظاظاً هكذا سأبصر إشعاعات الحب الإلهي في كل الأماكن المكتظة لنشاطاتي اليومية.

باركني يا رب كي أوقظ روحي مع صحوة الفجر وآتي بها إلى أعتابك المباركة.

يا رب، امنحني روحاً تتسم بالسخاء كي أشارك الآخرين بما عندي وساعدني كي أبصر في بحيرة عقلي الساجية انعكاس قمر روحي متألقاً بنور حضورك.

اليوم سأغوص عميقاً في بحر التأمل والتفكير بالله إلى أن أعثر على لآلئ الحكمة والفرح الإلهي.

سأحبك يا رب أكثر من أي شيء آخر لأنني بدونك لا أقدر على محبة أي إنسان أو أي شيء.

في أغوار الجبال والسموات الساكنة.. وفي أعماق روحي وكهف السكون أحس بوجود الله وأشعر بغبطته الدائمة وأشرب من ينابيعه الصافية التي لا تنقطع ولا تجف طوال الأبد.

أحبك وأعبدك يا رب يا من يستوي حبك على عرش كل قلبٍ طيب ومحب.

طلب أحدهم من المعلم برمهنسا كي يدله على طريقة تساعده على امتلاك شخصية مغناطيسية جذابة، فقال: يجب أن تكون ذا حضور فكري عند مخالطة الآخرين لأن شرود الذهن

يدمر الشخصية أكثر من أي شيء آخر. طبعاً لا أقصد شرود ذهن العظماء الذين عادة ما تكون أفكارهم مستغرقة في أمور كبيرة.

كن يقظاً وواعياً دوماً وستصبح مغناطيسياً جذّاباً.

ما من أحد يحب أن يتجاهله الآخرون. كلنا نريد أن تراعى مشاعرنا ونؤخذ في الإعتبار، وبالمثل علينا أن نراعي مشاعر الناس ونبدي نحوهم اعتباراً، تحقيقاً للألفة والوفاق والإنسجام. ولكي تفعل ذلك يجب أن تكون يقظاً، متوقد الذهن، ومنتبهاً لكل من حولك.

لا قدرة للميت على إهانة الآخرين، لكن الذي لا يعيرهم انتباهاً يفعل ذلك.

عندما تكون في صحبة الآخرين تفاعل معهم بانتباه وحيوية واهتمام، لكن تحاشَ الحديث عن نفسك.

الكل يريد التحدث عن نفسه لكنه أسلوب واهٍ. ليتحدث الآخرون عن أنفسهم إن أرادوا، فاصغ لما يقولونه. دعهم يتحدثون عن مشاكلهم ومآثرهم وانطباعاتهم، أما أنت فدع مغناطيسيتك تتحدث عنك. نور المصباح يتحدث عنه بوضوح تام، فدع اهتزازاتك الصامتة تتحدث عنك بنفس الوضوح.

لقد أراني الله في رؤيا أن الذين يموتون في القتال يحلمون حلماً مريعا للموت، لكن حالما يرتفع الطيبون من الجسد يتيقظون كيقظتهم من كابوس مزعج ويسرّهم التحرر منه.

إن كل تجارب حياتنا هي جزء من الحلم الكوني. الإنسان هو من خلق كابوس الحرب، ولكن بعد أن يغادر ضحايا الكابوس أجسادهم يدركون أن ذلك كان حلماً مريعاً تيقظوا منه، ويدركون أنهم ليسوا أمواتاً. تلك حقيقة ميتافيزيقية عظيمة.

لو علم الإنسان أنه يحلم لما تألم من تجارب الحلم المزعجة. ولكن إن حقق ذاته مع الحلم ووجه له أحدهم ضربة قاضية فإن ذلك الموت الحلمي يبدو اختباراً حقيقياً ورهيباً حتى يستيقظ ويدرك أن ذلك لم يكن حقيقياً.

وهذا ينطبق أيضاً على حالة ما بعد الموت. فما أن نغادر أجسادنا حتى ندرك أن وعينا لم يمت بل أننا تحررنا من الجسد وقيوده ومحدودياته المادية، وفي ذلك الإنعتاق تكمن حرية كبرى.

يجب أن لا نطلب الموت أبداً، بل يجب بالأحرى أن نحضّر وعينا بالتناغم مع الله والتأمل عليه، بحيث عندما يأتي الموت في حينه نتمكن من النظر إليه كحلم ليس أكثر.

أستطيع أن أرى الطبيعة الحالمة للحياة والموت متى أردت. لذلك فإنني لا أعلق أهمية كبيرة على هذا الجسد.

هناك فيزيولوجيا روحية تقوم عليها الجملة العصبية، تتيح للإنسان على نحو فريد بلوغ أسمى مراحل تطور الوعي.

فدماغ الإنسان الأكبر من أدمغة معظم الحيوانات باستثناء الحوت والفيل هو أكثر تعقيداً ويمتلك أكبر قدرة على التفكير. وهذا يجعل من الدماغ البشري أداة مناسبة للإنسان الذي يمتلك وعياً أكثر تطوراً من وعي باقي المخلوقات. وتلافيف الدماغ الدقيقة والمعقدة تتيح للإنسان أكبر قدر من التفكير الكبير والعميق. ولذلك فالإنسان وحده قادر على بلوغ مستويات متقدمة من التمييز، وبالتالي معرفة خالقه. والحكيم هو من يوظف قدراته العقلية في خدمة ومنفعة البشرية على الصعيد المادي والعقلي والروحي.

حلَّ الشتاء بردائه الأبيض الزنبقي البارد
وتناومت رغائبي لمباهج الصيف.
وقيل لي كي ألتمس دفءَ قلبك الحنون..
وإذ أطلَّ الربيعُ راقصاً، مزداناً بشتى الزهور..
مضمخاً بعطر الحقول والروابي.. قيل لي كي أحبك يا إلهي.

وأتى الصيفُ منشداً ألحانه الخضراء في الأوراق الغضة وحفيف الحور وهفيف الصنوبر،
فألحَّ عليّ كي أنشد لك..
وحتى التربة الطرية القلب داعبت قدميّ المتعجلتين
والتمستْ منهما الاقتراب من محرابك الكلي الوجود.
وقالَ لي الشذى الناعم كي أتتبع مساره..
إلى هيكلك القدسي في قلب الورود والرياحين المتمايلة.
والطيور قالت لي كي أغني لك مثلها..
والنسيم المتماوج فوق الغدران والسواقي
أوقظ فقاعات محبتي لك فراحت تمرح فوق صدرك الكبير.

ومع ألياف العشب المنحنية بهاماتها تعلمت كيف أنحني وأسجد لك يا رب.

والبخور أيضاً حدثني عن روائع أريجك البديع

وكيف ينبغي أن أحتفظ بقلبي مليئا بعطرك القدسي أمام عرشك اللانهائي.

والأحجار الصغيرة الخرساء الصابرة قالت لي كي أبصرك حتى في الذين يحاولون سلبي سعادتي..

وطلبتْ مني السنون المنسية كي أرسل لأخوتي البشر رسالة محبة ووداد مغلفة في كل دقيقة وثانية..

وكل فكرة قالت لي كي أبحث عنك في قلبها..

وأوحى لي حبي كي أحب كل الموجودات بكَ..

وهمس حبي لي كي أحبك بما أوتيت من قوة يا إلهي.

ذات مرة استلقيتُ على سرير من الأعشاب والزهور وحلمت أن كل ما في الوجود جميل وبهيج.

كان رأسي مستنداً إلى حشائش طويلة خضراء وكثيفة، تروّح لي بنسمات تحمل شذىً عذباً.

ثم استحثني دافعٌ لأن ألمس يدي وجسدي، فدهشت من عظمة صانعه. أجل، دهشت كيف أنني أنا المتيقن من حقيقة جسدي سوف أغادره يوماً ما كي يتوسد الثرى... هذا الجسد الذي سيصبح بارداً، شاحباً، عديم الحركة وقت الموت، في حين يبدو الآن نابضاً بالحياة ويأوي مئات الأحاسيس وملايين الأفكار ومليارات الخيالات والتصورات.

هذا الجسد هو المسرح الذي تدور عليه فصول الحياة حيث تتفتح براعم البسمات لتعْقبها فيما بعد حتمية الوفاة. هنا وسط اللحم والعظم والدم، وخلف قناع البشرة الجميل تقبع ذئاب الأمراض وسباع الرغبات.. وهنا أيضاً تحت اللحم يوجد معبر سري إلى مملكة النور. هذا الجسد سيذوى ويضمحل عندما يغادره سيده – النفس – دونما رجعة. ولمَ لا؟ فعندما يسأم السيدُ المستنير للمقر الجسدي العيشَ في كوخ المادة الموحل المتداعي، مقيداً بحبال الأعصاب التي تقتضي رعاية دائمة، يطيب له الإقامة في بيت آخر في ركن ما من أرض الله.. في

بقعة أخرى من الوجود الكلي حيث يتضوع عبير الفرح في كل مكان ودون انقطاع.

النفس الخالدة تمثّل دور الحياة والموت بابتسامة دائمة ثم ترتحل إلى بيتها الأبدي.

هل يتحتم على المتفرجين المكوث للأبد في دار السينما بعد انتهاء العرض؟ قطعاً لا.. إذ يجب أن يعود الناس إلى بيوتهم. وبالمثل، تأتي النفوس إلى هنا للتمتع بالعرض السينمائي لهذه الحياة ثم ترحل وتعود ثانية. إنها تحب رؤية الأفلام والمسرحيات، وعندما تمل من مشاهدة العروض التي حلمت بها، وتتقن الدروس التي يريدها الله أن تتعلمها تعود مرة وإلى الأبد إلى مقر النعيم السرمدي.

عندما لا تكون القيم مؤسسة على الحق فهناك ثغرات يتسرب البؤس والمعاناة من خلالها. إن كانت القيم قائمة على الأنانية والصراع المميت والمنافسة الحادة فالنتائج ستكون ملوثة لأن البواعث تكون غير نظيفة، ولن يكون المال مباركاً في مثل هذه الحالة.

يجب أن يطهر الإنسان وعيه من الأنانية وأن لا يحاول الإغتناء على حساب الآخرين. التنعم الحقيقي هو معنوي وليس مادياً، والمكسب الحقيقي في الحياة هو امتلاك كنوز الحكمة والمعرفة ومحبة الله.

يجب أن نحيا ببساطة ونعمل دوماً على مساعدة الآخرين وتحسين أوضاعهم قدر المستطاع. لكن تلك الغاية الشريفة لا تنسجم مع الأثرة والجشع دون اعتبار للآخر.

الدنيويون غير متوازنين ولذلك لا يعتبرون ناجحين. العيش البسيط المتوازن هو فن رائع وهو علامة من علامات النجاح. من يجعل همه الأول والأخير تحصيل المال لا يلقى عند الله قبولاً.

صحيح أن الله غرس فينا الإحساس بالجوع علّنا نعمل ونعيل أجسادنا، لكن إعالة الجسد ليست غاية الحياة الوحيدة. الغاية هي أعظم بكثير من أي اعتبار مادي أو زمني مهما بدا رائعاً ومجيداً وباهراً.

سأل أحد المريدين المعلمَ برمهنسا عن كيفية الإحساس بالحضور الإلهي فقال: "كل ليلة، وقبل الإستسلام للنوم، تأمل

حتى تشعر أن وعيك قد اخترق عالم الأفكار ودخل بُعداً آخر. ومع ذلك فهذا ليس كل ما هنالك.. إذ بعد تحويل الفكر إلى الباطن يجب أن يتدفق الحنين وتندفع الأشواق كالطوفان نحو الله.
عندما يسلّم المريد ذاته إلى الله تسليماً تاماً يحسّ فجأة بأنه لامس حضوره المبارك وتعرفَ عليه. وسيرى نوراً عظيماً في غاية السطوع، وقد يبصر الملائكة ونفوساً طيبة.. أو قد يشم عطراً سماوياً مثملاً، وسيعلم آنذاك أن الله قد استجاب له، وستنفتح بصيرته ويطلعه الله على خفايا الحياة. أو قد يغمره سلام عظيم أثناء التأمل. وإذا ما واصل التأمل وبث الله عظيم محبته سيحس بالفرح الإلهي الذي يفوق حد الوصف. وهنيئاً لمن يحظى بهذا الإختبار السعيد."

الحب الإلهي يفتح باب السماء حيث يدخل المريد إلى حضرة الله.

إن سأل إنسانٌ الله الكريم الحكيم كي يعطيه خبز الحياة الأبدية فلن يعطيه حجر الجهل المادي. وإن طلب المتعبد طعام الحكمة فلن يقدّم الله له حية الخداع. وإن سأل المتعبدُ الله الحصول على جوهر الغبطة الإلهية التي تطفئ كل ظمأ فلن يعطيه عقرب القلق والشقاء النفسي. إن عرف البشر المنخدعون كيف يعطوا أولادهم عطايا جيدة، فكم بالحري أن يعطي الرب – ينبوع كل خير ومسرّة – المعرفة الروحية والتنوير لمحبيه!

إن الله يجود بأسمى حكمة وأعظم معرفة على طالبيها، ويجود بذاته على المريد الجاد الذي لا يرضى عنه بديلا. من يبحث عن الله بمجامع قلبه وبكل همة هو أحكم الحكماء، وهو أعز الناس على الله. وعندما يتزايد حنين المتعبد يجلب لنفسه استجابة نادرة ومحبة من الله ويستمتع بنشوة الحب الفريدة التي يختبرها محبو الودود.

إن الشخص الحكيم الذي يلعب دوره في هذا الحلم الكوني بوعي روحي وشوق إلهي متعاظم هو قريب من الله عزيز عليه. فهو يمتلك المحبة النقية ويحب الله دون أي دوافع أنانية ودون أي شروط مسبقة، كأن يقول على سبيل المثال "يا رب سأتعبد لك شرط أن تمنحني الصحة والمال ورخاء العيش."

بين الحكيم والله محبة عميقة متبادلة لا حد لها ولا انتهاء. إن طلب أحدُهم الله طمعاً في غاية معينة فإن الله على دراية تامة بأن الإنسان مهتم بعطاياه أكثر من اهتمامه به.

ليس من الخطأ أن يصلي الإنسان من أجل تحقيق احتياجاته، لكن عندما يبتهل من أجل التعرف على الله ورؤية نور وجهه الكريم ينبغي ألا يرغب بأية مآرب شخصية من وراء ذلك وألا يكون فكره محصوراً بالهبات بل بالواهب نفسه. وعندما يتمكن المريد من القيام بذلك صدقاً فسيحصل تلقائياً على باقي الهبات الأخرى من ينبوع الجود وبحر الكرم.

طلب أحد المريدين من المعلم برمهنسا نصيحة حول كيفية التصرف حيال بعض المواقف والتعامل مع الآخرين، فقال:

اتبع الحق ولا تحد عنه، وتجنب التلفظ بما يجلب الأذى عليك وعلى الآخرين حتى وإن كان صحيحاً، ما دمت لا تبتعد بذلك عن روح الحق. وفي نفس الوقت يجب عدم الإنتقال إلى النقيض الآخر واللجوء إلى الكذب تجنباً لقول حقائق مؤلمة.

كن صادقاً مع نفسك ومع الآخرين دون التطرق إلى ما هو غير ضروري. قل الحقائق المُرضية وتجنب قول ما يؤذي الناس ولا ينفع أحداً. لا تطلع الآخرين على كل أسرارك رغبة منك بالصدق والصراحة، لأنك إن أطلعتهم على مواطن ضعفك فسيحاولون إيذاءك أو السخرية منك عندما يطيب لهم ذلك، فلماذا تمنحهم سلاحاً قد يوجهونه ضدك؟

تكلم وتصرف بكيفية تجلب السعادة والسلام لك ولغيرك.

من الضروري تنمية التمييز الروحي لمعرفة الفرق بين الحق الذي يجلب الخير وبين سرد وقائع دون النظر إلى النتائج التي قد تفضي إليها، فالأمور بخواتيمها... ليس من المستحسن قول كل ما تعرفه، وليس من المستحسن أيضاً المراوغة والتكتم على أمور ينبغي أن يعرفها الآخرون من أجل صالحهم.

عند عدم امتلاك التمييز الكامل فمن الأفضل التحفظ في الكلام إلى أن تمتلك إدراكاً مباشراً للحقيقة ذات النتائج العادلة للجميع.

داوم التفكير بالله واطلب عونه وهدايته وستنفتح بصيرتك فترى الأمور بوضوح وستحسن عندها التمييز.

شحن خلايا الجسم بحيوية الشباب

القوة الكونية تنساب إلى الجسم على الدوام ودون توقف، لكن معظم الناس لا يشعرون بهذا الفيض الحيوي الغزير. أما الذين يحسّون به فتتوهج خلاياهم بالنشاط ويشعرون بتيار منعش يمدّهم بقوة متجددة.

الطبيعة بأسرها تنحني إجلالاً لرب الكون، وقوّته تنساب من خلال الإنسان. لكن المشكلة تكمن في عدم توطيد العلاقة بين الإنسان ومصدر كل القوى . إننا نحيا مباشرة بالقوة الإلهية ولا جدوى لكل القوى الأخرى بدون قوة الله المعيلة.

الغذاء والأوكسجين وأشعة الشمس.. هذه العناصر يمكنها تزويدنا بالصحة إلى حدٍ ما، لكننا نحتاج لمعرفة الطريقة التي بواسطتها يمكننا الحصول على الصحة التامة من المصدر اللانهائي، لأن المصادر المادية هي مجرد بطاريات صغيرة تفرَغ شحنتها، في حين أن المصدر اللانهائي هو مولّدٌ جبار لا تنضب قواه ويمد النفس بالنشاط والسعادة والقوة دون انقطاع. لهذا من الأهمية القصوى الإعتماد قدر الإمكان على المصدر اللانهائي.

يجب أن يتعلم الراغب الطريقة الصحيحة للإستفادة من ذلك المدد الحيوي من مصدره مباشرة، ويجب أن يدرك أن الفكر هو حقيقة، فكل المظاهر الطبيعية هي تجسيد للفكر الإلهي لأن الله فكّر بهذه الأرض قبل خلقها.

كثيرون يعتقدون أن الفكر هو من نتاج الجسد، لكن تكوين الجسد الفائق الدقة، والتنسيق الرائع بين أجزائه وأعضائه يشير بوضوح إلى أن الجسد هو من صنع عقل كوني فائق السمو.

الفكر هو العنصر الرئيسي الذي يتحكم بالجسم، ومن المهم جداً أن يتجنب الشخص الإيحاءات الفكرية للقصورات البشرية من مرض وضعف وهرم وإحباط ، وأن يؤكد لنفسه أن نشاطاً لا ينضب ينساب من خلاله وهذا النشاط موهوب بالذكاء وقادر على شحن خلايا الجسم بالعافية وحيوية الشباب.

الفكر هو الدماغ والمشاعر وإحساسات كل الخلايا الحية، وباستطاعته إبقاء الجسد إما ناشطاً يقظاً أو خاملاً متبلداً. الفكر هو الآمر الناهي، والخلايا الجسدية هي رعاياه التي تمتثل لأوامر ونواهي سيدها المطاع: الفكر.

إننا نبدي اهتماماً ملحوظاً بنوعية الغذاء الذي نتناوله يومياً، وبالمثل يجب أن نهتم بنوعية الغذاء الفكري والنفسي الذي نقدمه لعقولنا كل يوم.

العالِم الميتافيزيقي يقول أن الجسد ليس موجة كهرطيسية بل مويجة من الوعي سابحة في بحر الوعي الإلهي.

كل يوم يجب أن نعزز قوانا الجسدية وأن نضاعف قوانا العقلية ونتعرف على ذاتنا الحقة بالتأمل والتفكير السليم والعمل الإيجابي المثمر والمفيد للجسم والعقل والروح معاً.

لقد أنعم الله عليّ بالسعادة خلال هذه السنوات المديدة من عمري. وسواء رأى الناس ابتسامة الرضا على وجهي أم لا، فإن الفرح الإلهي يلازمني على الدوام ولا يفارقني أبدا.. ونهر الغبطة العظيم يجري باستمرار تحت رمال وعيي ويتفجر ينابيعَ مباركة تروي حدائق حياتي.

لا تقلبات الحياة المفاجئة تقدر على تعكير صفو سلامي، ولا شبح الموت يمكن أن يسلبني تلك السعادة الروحية التي أحس بها.

كان من الصعب جعل تلك الحالة دائمة وغير قابلة للتغير، لكن ثمار الروح التي أتمتع بها الآن وأعمل على مقاسمتها الآخرين استحقت كل ذلك المجهود الذي بذلته من أجلها.

إنني أفكر وأعمل مدفوعاً بالروح الإلهي. لم يكن المال غايتي في الحياة بل خدمة إخوتي وأخواتي في الإنسانية. ولذلك فقد فتح الله لي الكثير من أبواب الخير لإعالتي وإتمام رسالتي.. وفي أية لحظة أحتاج إلى مساعدة يحققها الله لي على الفور.

أمنيتي الوحيدة هي خدمتكم، ولهذا الغرض أنا هنا.

إن قوة الله تعمل في حياتكم أيضاً. ستلمسون بأنفسكم هذه الحقيقة عندما يتعزز إيمانكم وتدركون أن الغنى لا يأتي من النجاح المادي بل من العلي القدير.

مع أن الحياة تبدو متقلبة غريبة الأطوار وغامضة تكتنفها الشكوك وتعج بكل أنواع المشاكل والإضطرابات لا زلنا مع ذلك في حماية الله الدائمة. يجب أن لا نضخم الأمور وألا نفقد رباطة جأشنا في مواجهة الأحداث لأننا إن سمحنا للهلع بالإستيلاء علينا

فإننا نمنح بذلك أهمية للشر ونعمّق جذوره التي تنمو وتترعرع في تربة الرهبة والقلق.

يجب ألا نتوقع الحصول على السعادة والسلام الدائمين من اختبارات الحياة، بل يتعين علينا التماسهما والعثور عليهما في داخلنا. عندها، مهما كانت التجارب التي نمر بها سنتعامل معها بنفس الكيفية التي بها نشاهد اختبارات وتجارب شخص آخر في فيلم سينمائي، سواء كانت سارّة أو مؤلمة.

بإمكان الشخص تحويل كل تجاربه إلى اختبارات تعيسة مؤلمة إن هو سمح لفكره بذلك. فهو قد يمتلك الصحة الجيدة ومع ذلك لا يقدّر قيمتها. لكن إن أصابه مرض سيتواضع عندئذ ويقدّر نعمة العافية. يجب أن نعترف بفضل الله ونشكره على نعمه التي يسبغها علينا دون أن ننتظر الظروف المعاكسة كي تجعلنا شاكرين وبالجميل معترفين.

الحياة يجب أن تكون مزيجاً من التأمل والعمل. عندما يفقد الإنسان توازنه النفسي يصبح عرضة لهجمات الهموم وأبخرة الأحزان ووخزات الألم. وإذا ما حاول خرق قوانين الصحة والبحبوحة والحكمة فإنه سيعاني لا محالة من المرض والفقر والجهل.

يجب أن نحتفظ بسرائرنا نقية ودوافعنا نظيفة وأن نتصرف بكيفية تجلب لنا السلام النفسي، وألا نسمح لظروف الحياة بتعكير صفونا وتدمير سعادتنا.

كما ينبغي أن نقوّي الفكر وأن نرفض حمل عبء الضعف العقلي والخلقي الموروث من سنين وأجيال. هذه الشوائب ينبغي حرقها في نيران التصميم الجديد والعمل المفيد. وبهذا التوجّه البنّاء يتمكن الراغب الجاد من بلوغ آفاق التحرر والحرية.

القوانين الأبدية للسعادة

قيل أن إبان الحِقبة الذهبية لأحد حكام الهند الأبرار لم تحدث أية حادثة ولا موت مبكر ولا نازلات طبيعية عكرت سلام مملكته وانسجامها التامين.

عندما يعيش أفراد الأسرة باستقامة أكبر سيشهد كل بيت مزيداً من الوئام والصحة والألفة. أما عندما يأخذ أعضاء الأسرة الواحد من الآخر بروح الأنانية القبيحة فإن البيت سيشحن تلقائيا

بالتنابذ والتباغض. وهذا ينطبق على الشعوب أيضاً. فعندما يحيا البشر بأمانة واستقامة سيبصرون مملكة الله على الأرض.

الوقت قصير. إننا اليوم هنا وغدا نرتحل. البحث عن الله هو أسمى امتياز للإنسان. يجب أن ننتفع من الحرية التي وهبها لنا الله في هذه الحياة ونستثمرها خير استثمار كي نتأكد بالإختبار الشخصي من الحقائق الروحية الأزلية.

الخطيئة هي كل ما يسبب الألم والمعاناة للإنسان. والفضيلة هي ما يجعله سعيداً على الدوام. إن كان الشخص لا يمتلك انسجاماً روحياً في أفكاره وسلاماً في ذاته، فلن يقدر البيت الجديد أو السيارة الجديدة أو أي شيء جديد آخر على جلب السعادة والطمأنينة لروحه، بل سيلازمه جحيمه النفسي حتى بامتلاكه تلك الأشياء الجديدة وأكثر منها.

للسعادة الحقيقية القدرة على تحدي الأحداث والصمود أمام كل الاختبارات الخارجية. فعندما تقوى على تحمّل العذاب الممض والمحن القاسية بفعل تحامل الغير عليك ومحاولاتهم الشريرة لإيذائك والإيقاع بك، وتقابل مع ذلك تعدياتهم بالمحبة والتسامح.. وعندما تتمكن من الإحتفاظ بسلامك النفسي بالرغم من الوخزات الأليمة للظروف الخارجية، عندها ستتذوق طعم السعادة.

تقول الأسفار المقدسة أن الذي يتجاهل الوصايا الإلهية ويجري وراء أهوائه ورغباته الحمقاء لا يعثر على السعادة ولا يوفق في الوصول إلى غايته القصوى. وتهيب بالباحث عن الحقيقة بأن تكون الكتب المقدسة المنارة والحَكم في تقرير ما ينبغي عمله وما يجدر تلافيه، وأن يتبصّر الأمور ويتصرف على هدي الحكمة.

إن ذوي القناعة الذاتية هم الذين يسلكون باستقامة. السعادة تأتي فقط من التفكير النظيف والعمل المستقيم. إن كنت سعيداً الآن ستكون سعيداً في المستقبل هنا وفي العالم الآخر.

يجب أن نختزن محصول الخير باستجماع ثمار الحكمة ما دامت شمس الفرص المتاحة مشرقة. وبعبارة أخرى يجب اغتنام الفرص قبل فوات الأوان.

(واغتنم الفرصةَ إن الفرصةْ تصيرُ إن لم تغتنمها غصةْ)

لقد وضع الله لنا قوانينَ روحية تدعى وصايا. لكن هذه الوصايا يتم تجاوزها وخرقها في كل يوم وفي كل مكان. وما لم يفهم الناس معناها الروحي فسيتذمرون وينفرون منها دوماً. تلك الوصايا هي قوانين سلوك أزلية تؤيدها كل الأديان السماوية. لكن النصوص في معظم الأحيان لا تفسر الجانب السيكولوجي لهذه الوصايا والفوائد التي تقترن بتطبيقها. الناس يتقبلونها في أماكن العبادة لكنهم لا يتصرفون بمقتضاها خارج تلك الأمكنة، مبررين ذلك بأن تلك الأحكام هي غير عملية أو منطقية ولا تناسب روح العصر. ومع ذلك فإن انتهاك تلك الوصايا هو السبب الرئيس لكل شقاء في العالم.

ولكن ما هو نفع تلك الوصايا وأين تكمن فوائدها؟

الكتب المقدسة تنصح الإنسان بأن يتفكر في الله ويغمر عقله به ويسلم كل الأمور له وأن يعبده عبادة صادقة لا تخالطها مراءاة ولا يشوبها رياء.

معرفة الله يجب أن تكون غاية الحياة. الواجبات الدنيوية لا يمكن إنجازها دون الإستعانة بالقوى الممنوحة للإنسان من الله. فإنجاز الشخص لواجباته العادية مع نسيانه لله هو خطأ وخطيئة.

الخطيئة معناها الجهل: التصرف بكيفية معاكسة لخير الإنسان الأعظم.

لماذا يشعر الناس بالحزن والندم؟ لأنهم لم يتصرفوا باستقامة.. لأن الله لم يكن الأول في قلوبهم.

يجب ألا يكون في حياة الإنسان أي شيء يؤلهه ويعتبره أهم من الله. إن اهتم المرء بالله اهتماماً صادقاً وقام بواجبه الروحي نحوه ستتحسن أوضاعه على كل صعيد وسيشعر بالأمن والطمأنينة بالرغم من كل الظروف المحيطة به.

حالما يشرع الإنسان بعبادة الممتلكات والمال والشهرة وأي شيء آخر ما عدا الله تكون التعاسة من نصيبه. الذين يحصرون جل اهتمامهم في تلك الأمور هم بالحقيقة يعبدونها ولذلك لا يقتربون من الله بل يبتعدون عنه. أما الذين يتفكرون

في الله ويتأملون عليه ويناجونه في ضمائرهم فيقتربون منه ويشعرون بفرح باطني لتواصلهم الصامت معه.

الله وحده قادرٌ على تحقيق أحلام وآمال الإنسان في الحصول على سعادة دائمة. ولذلك يجب عدم السماح لأي شيء بأن يحتل مكان الله في القلب.

هناك رموز مقدسة قد تساعد المريد على تذكر الله والتقرب منه. ولكن إن راح الإنسان يعبد تلك الرموز فيصبح ضررها أكثر من نفعها. العبادة يجب عدم توجيهها إلا لله لأن لا شيء غيره يستحق العبادة.

مهما كانت طبيعة العبادات الطقسية فإنها مقبولة عند الرب ما دام المتعبد يؤديها بوعي روحي وشوق لله. لكن الكثير من الناس لا يدركون جوهر العبادة فيتحولون بأفكارهم وقلوبهم من الله إلى الطقوس فلا يستفيدون كثيراً من عبادتهم تلك.

المتعبدون الصادقون لا يسمحون لوعيهم بأن ينحصر في أية صورة أو شكل، لكنهم يركزون بأعمق محبة وانتباه تام على الروح الإلهي خلف كل الصور والأشكال.

الله مطلق لا نهائي ولا يمكن لأية صورة أو تمثال احتوائه.

يمكن القول أن الله يَظهرُ في كل من يحبَّه محبة خالصة ويتوافق معه لأنه حاضر في كل مكان ولذلك فهو حاضر في الجميع. لكن ليس لكل واحد القدرة على إظهار الحضور الإلهي. الشمس تسطع بنفس المقدار على قطعتي الفحم والألماس، لكن الألماسة تستقبل نور الشمس وتعكسه، بينما الفحمة لا تستطيع ذلك. وبالمثل فإن كل الناس يعومون في نور الله ولكن قلة قليلة باستطاعتهم استقبال ذلك النور وإظهاره في أفكارهم وأعمالهم. ولكي يفعلوا ذلك يجب أن يطهروا أنفسهم بالتأمل وباتباع التعاليم والوصايا الإلهية.

عندما نتلفظ باسم الجلالة يجب أن نكون على دراية وجدانية وثيقة بما نقوله. لو استطعتَ أن تنفذ إلى أفكار الناس أثناء صلاتهم لوجدت أن معظمهم يفكرون بكل شيء آخر ما عدا الله، مع أنهم يتلفظون بإسمه! فصلاة من هذا النوع عقيمة وبلا قيمة.

عندما نصلي يجب أن نبذل قصارى جهدنا كي نحصر كل ذهننا في الله بدلا من ترديد إسمه المبارك وفي نفس الوقت نسمح لأفكارنا بأن تحوم حول أشياء أخرى. لقد كانت إحدى عماتي تردد صلواتها على السبحة وكانت السبحة نادراً ما تفارق يدها. لكنها اعترفت لي ذات يوم بأنها بالرغم من ممارسة عادة الصلاة تلك لأربعين سنة بطولها لم يستجب الله لصلواتها. لا عجب! فإن "صلواتها" لم تكن سوى عادة عصبية ليس إلا.

عندما نصلي يجب أن لا نفكر بأي شيء آخر سوى الله. ويجب أن نعمل ما بوسعنا لأن نكون صادقين في عبادتنا مخلصين في دعائنا. لا بأس من استخدام السبحات والتلفظ الدائم بإسم الله عندما تكون الممارسة نابعة من القلب ومدعومة بالإخلاص وتركيز الذهن. ولكن هذه الممارسة قد تصبح آلية مع الأيام.

يجب أن نهمس إسم الله في قلوبنا على سبحة الشوق والحب الإلهي، وتلك هي العبادة الفعلية التي تلامس قلب الله. التلفظ باسم الله بشعور بارد وفكر شارد هو تجديف على المقدسات واستهتار بها. عندما يصلي المرء يجب أن يمتلئ قلبه وعقله بحب الله. إن التدرّب على تركيز العقل بالرياضة اليوغية العليا يساعد على التقرب من الله المصدر الأسمى ذي البهاء والسناء مثلما يساعد على التفكير بالله والتواصل معه.

الحاجة تمس إلى تخصيص يوم من أيام الأسبوع للخلوة الروحية (إن أمكن) قصد التفكير بالله والاستمتاع بالسكينة حيث السلام والراحة النفسية. إن وقتاً تصرفه على هذا النحو سيكون بلسماً شافياً للمتاعب والمضايقات التي تمر بها خلال باقي أيام الأسبوع.

كل واحد يحتاج إلى قضاء يوم واحد من كل أسبوع في الخلوة أو "المستشفى الروحي" كي يبرأ من جروحه وآلامه النفسية. عندما يصبح ذلك اليوم يومَ سلام وفرح ورضاء ستنتظره بشوق من أسبوع لآخر.

الخلوة هي ثمن العظمة. وستندهش للنتائج الرائعة التي ستحصل لعقلك وجسمك ونفسك بفضل تلك الخلوة الروحية والتواصل مع روحك ومع الله. إن كنت تصبو للسعادة الحقيقية

فيجب أن تغمر نفسك في بحر السلام الإلهي في الصباح الباكر عند الإستيقاظ، وأيضاً قبل النوم ليلا.

إن حكماء الهند ينصحون ليس بيوم واحد للخلوة وحسب، بل يؤكدون الحاجة للتأمل الهادئ خلال أربع فترات محددة في اليوم. عند الفجر، وقبل النهوض ورؤية أي إنسان، يجب الاستمتاع بالهدوء والإحساس بالسلام. وعند الظهيرة يجب تهدئة الفكر قبل تناول طعام الغداء، وكذلك الاستمتاع بقسط آخر من السلام قبل تناول وجبة العشاء، وقبل الذهاب للفراش ليلا يجب الدخول في حالة السلام ثانية.

الذين يراعون الصمت بدقة أثناء الخلوة وخلال هذه الفترات اليومية الأربع لا بد وأن يشعروا بتناغم مع الله. ومن لا يستطيع مراعاة كل هذه الفترات فيجب أن يكرّس فترتيّ الصباح والليل على الأقل. وبفعل ذلك ستتبدل حياته نحو الأفضل وسيشعر بالسعادة، والتجربة خير برهان.

إن بقيتَ تكتب شيكات وتوقع عليها دون إيداع ما يكفي من رصيد لتغطية حسابك المصرفي فسينفد ما لديك من مال. وهذا ينطبق أيضاً على حياتك. فبدون الودائع المنتظمة من السلام في حساب حياتك ستـُصرف قدرتك وتنفد سكينتك وتتبخر سعادتك. وباختصار ستعاني في النهاية من الإفلاس العاطفي والعقلي والجسدي والروحي. لكن التأمل اليومي العميق على الله سيعوّض النقص في نفسك.

المريد الراغب يتأمل كل يوم ويناجي الله بكل ما في قلبه من حب وحنين متودداً إليه كي يظهر ذاته له. إن كنت من عشاق الله وتتشوق لملامسة حضوره فيجب أن تغمر عقلك وجسمك بسلامه وستبتسم لك الحياة وتتحسن أمورك من نواحٍ عديدة. الشخص الهادئ نادراً ما يرتكب خطأً، وينجح حيث يفشل الآلاف غيره.

الذين لا يفكرون بالله ولا يهتمون به يصابون بالكآبة والنكد. يصبحون عصبيين ويتحولون إلى آلات متحركة.

إن شمس الحكمة والسلام ستشرق في سماء السكون وستغمر كيانك بأشعتها الشافية ما دمت تبذل مجهوداً روحياً وتمنح المقام الأول لله في قلبك.

يوم التأمل يجب أن يكون أيضاً يوم راحة نفسية وجسدية وتنمية السلام المقدس. وكل نشاط يثمر حكمة وسلاماً هو نشاط مبارك في ذلك اليوم.

أما بخصوص إكرام الوالدين فالكتب السماوية أوصت بهما خيراً: "أكرم أباك وأمك" "وبالوالدين إحسانا".

الأب والأم البشريان ينبغي تكريمهما كنائبين لله الذي زودهما بموهبته لخلق الإنسان. الأم هي محبة الله النقية المجسّدة لأن الأم المُحبة تصفح حيث لا يسامح أحد. والأب هو مظهر الحكمة لله والحماية لعياله.

يجب أن لا يحب الإنسان أباه وأمه بمعزل عن الله، بل كمظهر لحبه ذي الحماية والحكمة. إن الروح الإلهي الفائق يصبح الأب والأم كي يساعد الطفل، لذلك يجب إكرامه في الوالدين.

كما توصينا الكتب المقدسة بعدم القتل رغبة في القتل، لأن المرء يصبح عندئذ قاتلاً. يجب أن لا يسلب الإنسان حياة إنسان آخر في لحظة انفعال عاطفي عنيف. ولكن إن تعرّض أحباؤه للخطر فيجب أن يقاتل من أجل حماية الذين منحهم الله له، إذ للإنسان واجب مقدس للدفاع عن أسرته وبلاده.

وبخصوص التحذير من الزنا، فالغرض المثالي من الإتحاد الجنسي يجب أن يكون إنجاب أطفال مخلوقين على صورة الله، والإعراب عن الحب النقي الذي يشعر به شريكا الزواج اللذان يبصران الله في أحدهما الآخر. أما الذين يعيشون على المستوى الجسدي وحسب، دون أي اعتبار للحب الحقيقي أو الهدف السامي الذي من أجله خلق الشعور الجنسي فيرتكبون الزنا بحسب هذه الوصية. ففي هذه الحال لا يفترق الإنسان عن الحيوان الذي يقضي شهوته الجنسية ويمضي في حال سبيله.

لقد خلق الله هذا الدافع الخلاق في الرجل والمرأة للإنسال والتعبير عن الحب الحقيقي المتبادل في الحياة الزوجية ولا ينبغي إساءة استعماله بخلاف ذلك بل تحويله إلى نشاط ومعرفة مقدسة.

إن استطعت التحكم بالقوة الجنسية وتوزيعها في كيانك ستتمكن من تنمية قدرات عقلية عظيمة للكتابة والرسم أو للإفصاح عن مواهب كامنة في طرق أخرى لا تحصى.

وإذ تتمكن في نهاية المطاف من ضبط النشاط الخلاق وتحويله روحياً ستشعر بسلام عظيم وحب كبير وغبطة روحية متزايدة.

فالقديسون والأقطاب الروحيون الذين حولوا نشاطهم الجنسي تحويلا روحيا هم جبابرة قادرون على القيام بإنجازات مدهشة ومذهلة في العالم وفي البحث الباطني عن الحق.

وهكذا فإن أسمى استخدام للدافع الجنسي هو تصعيد قوّته أي تحويل طاقته إلى هدف أسمى من أجل إظهار الحكمة والأفكار السامية والمثل الروحية. يجب أن لا يتلذذ الإنسان بالأفكار الجنسية أو يشتهي جنسياً ما هو محرّم عليه. وعندما يحرز هذا النوع من ضبط النفس سينظر نظرة سليمة إلى الجماع وغرضه السامي.

إن الإستعباد للأمور الجنسية يعني فقدان الصحة وضبط النفس والسلام الفكري، وباختصار كل مقومات السعادة التي يحتاج لها الإنسان.

كما تهيب بنا الكتب المقدسة بألا نسرق. فلو كانت هناك جماعة مؤلفة من ألف شخص وكل واحد راح يسرق من الآخر لكان لكل واحد 999 عدواً. لهذا يجب أن لا يتعدى الشخص على حقوق غيره وأن لا ينتزع منهم أرضهم أو سلامهم أو محبتهم أو كرامتهم أو أياً من ممتلكاتهم المادية والمعنوية. إن لم تشعر بالرغبة في أخذ ما ليس لك فالذي تحتاجه أو ترغب فيه سيأتيك. السرقة تتولد أولاً في الفكر عندما يبدأ الشخص بحسد الآخرين. يجب نزع بذور المشتهيات الخبيثة من الفكر. الإيثار الروحي هو الطريق.. عندها سيجتذب الشخص البحبوحة تلقائياً وتتوارد عليه الخيرات من حيث يدري ولا يدري. إنه قانون إلهي لا يخطئ. أما السارقون والأنانيون فيلهثون طوال عمرهم وراء المادة وعيونهم دوماً على ما بحوزه الآخرون، حتى ولو كانت خزائنهم ملأى بالذهب.

وما لم يتم التخلي عن الأنانية المادية لا يمكن أن يعرف العالم السعادة.

تأتي السعادة فقط بالتعاون الروحي. عندما يحس الشخص باحتياجات الغير كما لو كانت احتياجاته الخاصة ويعمل من أجل الآخرين كما يعمل من أجل نفسه.

وهناك وصية أخرى هامة وهي عدم الشهادة بالزور. فإلحاق الضرر بأي إنسان من قبيل تشويه الحقيقة هو أسلوب آخر لتمزيق السعادة الإجتماعية. إن كان الإنسان يرغب في أن يُعامَل معاملة حسنة فينبغي أن يعامِل الآخرين بنفس الكيفية.

يجب قول الحق دائماً إنما يجب التمييز بين قول الحقيقة وإدراج الوقائع. فالإشارة إلى شخص ما بأنه أعرج أو أعمى هي إشارة مؤلمة ولا خير فيها، إذ ينبغي مراعاة مشاعر الآخرين ومحاولة عدم إحراجهم. كما أن الإخبار بحقيقة من شأنها خيانة شخص آخر دونما غاية شريفة هو خطأ أيضاً. من ناحية أخرى يجب أن لا يكذب الشخص تجنباً لقول الصدق، بل بإمكانه أن يلتزم الصمت حيال بعض المواقف لئلا يحرج الآخرين أو يلحق الأذى بهم.

ويجب أن يحترس الشخص من الحسد الذي هو مرض أكال ينهش سلام الروح نهشاً. كلما اشتهى المرء ما للآخرين كلما زادت تعاسته وتضاعف شقاؤه. الحاسد يمضي حياته منغصاً لا يعرف لراحة البال طعماً. الأحرى به أن يحترم نفسه ويعتمد عليها وأن يطلب الثراء الروحي داخل نفسه.

كرامة المرء وقيمته الذاتية هي أعظم بكثير من أي شيء يتوق إليه ويرغب في الحصول عليه. إن الله ظاهر في كل إنسان بكيفية غير ظاهرة في أي كائن بشري آخر. فوجهه ليس كوجه أي إنسان آخر، ونفسه ليست كنفس أي إنسان آخر.. لأنه داخل نفسه يكمن أعظم كنوز الكون على الإطلاق.. وذلك الكنز الأعظم هو الله.

لسنا مكبلين بالماضي

عندما يمتلك الإنسان الإيمان الصحيح ويعمل بموجبه يكون أكثر سعادة من أولئك الذين يعوزهم الإيمان ولا يقومون بأداء الواجبات المترتبة عليهم في معركة الحياة.

فالإيمان السليم والعمل الصحيح (المدعوم بالدوافع النبيلة والنوايا الطيبة) موجودان دائماً وأبداً حيثما وجدت السعادة ومفقودان بفقدانها. من هنا يمكننا الإستنتاج أنهما شرطان أساسيان للسعادة التي لا يمكن تحصيلها بدونهما. فليس على الراغبين في امتلاك السعادة إلا امتلاك هذين العنصرين الأساسيين اللذين هما ركنا السعادة ودعامتاها.

لا يستطيع الإنسان أن يتحكم – على هواه – بمكونات الكون اللامتناهية، أو تعديلها أو محوها.. فتلك المكونات ترتبط خيوطها الدقيقة ارتباطاً وثيقاً بنسيج حياته ولا يمكن له العمل بمعزل عنها. لكن باستطاعته أن يتحكم بعقله بحيث يتأقلم معها فلا تلحق به الأذى.

أسلافنا كانوا أكثر سعادة منا ليس لأنهم امتلكوا من الأشياء والمتع الدنيوية أكثر مما نمتلكه الآن، أو لأنهم كانوا أقل عرضة لمشاكل الحياة، بل لأنهم امتلكوا التوازن النفسي الذي منحهم الراحة والسلام والقناعة وباختصار.. السعادة.

لم يعتمدوا على ظروف خارجية لإسعادهم، ولم يستسلموا لظروف خارجية من شأنها أن تفقدهم سعادتهم. فشعورهم بالراحة والسلام والسعادة والرضى كان شعوراً اعتيادياً، طبيعياً، صحياً ومستداماً. ونحن أيضاً ينبغي أن ننمي ذلك الشعور فيما إذا رغبنا بامتلاك السعادة. ومن منا لا يرغب بامتلاكها؟

القدَر هو نتيجة ممارسة سابقة للإرادة الحرة أو حرية الإختيار. فبممارساتنا الماضية لحرية الإرادة جلبنا ونجلب على أنفسنا القضاء والقدر. لكننا لسنا مكبلين بالماضي ولسنا مقيدين بنتائج أعمالنا إلى الأبد، إذ بإمكاننا أن نقتلع ما زرعناه ونمحو ما كتبناه إن نحن رغبنا بذلك وعملنا جاهدين على تصحيح المسار وتحسين نوعية الثمار. فإن قضينا على بذور الأفعال ذات النتائج المؤلمة وغرسنا بدلاً منها بذورا أكثر ملاءمة لطبيعة النفس فلا بد أن نجني ثمار السعادة من تلك البذور الصالحة المستنبتة في تربة النفس. لا بد لنا من ممارسة الإرادة الحرة الآن، الآن وليس غدا، إن نحن رغبنا بتحصيل مقدار أكبر من السعادة أو بتقليل المعاناة والألم.

وعليه فإن شروط السعادة كامنة في ذات الإنسان وما عليه إلا أن يتعامل بجدية مع تلك المعادلة التي لا تخطئ وستكون النتائج لصالحه إن هو أحسن التقدير والتعامل. أما صاحب الإرادة القوية فيتوافق مع الله.

طاقة العقل المركزة

عندما تقوم بتركيز أشعة الشمس من خلال عدسة مكبّرة على نقطة صغيرة، فإنها تنتج حرارة، وتلك الحرارة يمكنها إشعال الخشب والقماش والورق وغيرها. وبالمثل، عندما تركز العقل تركيزاً دقيقاً يمكن لطاقته المركزة أن تحرق شرور وشروش الشك علة كل فشل، وتجعل نور الحكمة يسطع بوهج وتألق

عندما يتناغم الفكر مع الله منبع كل الخيرات ومصدر كل القوى المباركة، يصبح على دراية بالحضور الإلهي، ويمتلك كل مقومات النجاح. تلك المقومات هي وثيقة الصلة بقوة الله الجبارة، القادرة على خلق أسباب جديدة للنجاح في أي مضمار

كلل الله المساعي الحميدة والجهود الخيرة بالنجاح.

المتاعب والمضايقات تحدث بسبب عدم دراية الإنسان بأعماله الماضية التي قام بها في مكان ما وفي زمن ما. فمعاناته الحالية ناجمة عن أفكار وأفعال صدرت عنه فتجسّدت بذوراً تغلغلت في تربة الوعي فأنبتت نبتاً وأخرجت ثمراً له نفس مواصفات الأفكار التي أطلقها والأفعال التي قام بها.

عندما تنظر للشمس على بعد ملايين الأميال في الفضاء، فإن ذلك النجم الهائل يبدو أصغر بكثير من أرضنا، ومع ذلك فإن قطر الأرض هو 7900 ميلا على وجه التقريب، وقطر الشمس يفوق قطر الأرض بمائة مرة أو أكثر. فلو تمكنت من وضع كوكبنا الأرضي بمحاذاة الشمس لظهرت الأرض كنقطة صغيرة مقارنة بالشمس. ولنفرض أن المجال الشمسي الجبار آخذ في التمدد والاتساع حتى تبتلع كتلته العملاقة السماء الزرقاء برمتها، فالسماء التي نراها هي ليست سوى جزء صغير بل ذرة دقيقة من الفضاء الذي يتخلل الكون اللا متناهي. ولو واصلتْ الشمس اتساعها وتمددها في الفضاء إلى ما لا انتهاء، لما تمكنت مع ذلك

من الإحاطة باللانهاية. إن الوهم الكوني للصغر والتناهي يحد ويصد العقل عن إدراك ذلك الاتساع الكوني، ومن أين أتى هذا الفراغ المطلق، وأين هي حدوده؟

إن الذي لا يخضع للأبعاد والمقاييس ولا حد له ولا منشأ هو الله الكلي الحضور والموجود في أقصى أقاصي الفضاء، إنه في النجوم البعيدة النائية، مثلما هو موجود في داخلك وداخلي، وهو على دراية واعية بكل حيّز يشغله مهما كان صغيرا أو كبيرا. من كتاب "غاية الإنسان القصوى"

ابتهالات

يا رب
خذ بيدي من الديجور إلى النور
أيها السكون الكوني
أسمع صوتك في خرير الجداول وشَدْو البلابل
في نحيب الرياح وهدير الموج ودويِّ الاهتزازات
أيها الرب المحبوب
لا بالكلام أعبدك، بل بحنين القلب الملتهب شوقاً إليك
دعني أبصر امتدادك الواسع
وجودك الدائم خلف كل الأشياء
علِّني أدرك أنني جزء من كيانك الذي لا يتغير طوال الأبد
أيها الأوقيانوس الزاخر
ليت أنهار رغائبي المتعرجة وسط صحاري العوائق والعقبات
تمازج أخيراً خضمك الأعظم
ساعدني كي أصغي لصوتك يا رب
الصوت الكوني الذي عنه انبثق اهتزاز الكون
دعني أدرك حضورك من خلال الصوت المبارك (أوم – آمين)
اللحن الأقدس لكل الأصوات المباركة
وسِّع وعيي كلما أصغيت لسيمفونية الوجود
دعني أشعر أنني المحيط الكوني
ومُويجة الجسد المتراقصة على صدره
ليتردد الصوت الأقدس في كياني

موسّعاً وعيي من الجسد إلى الكون
علني أشعر بالغبطة الدائمة الشاملة
متفجِّرة من بحر النور الزاخر
أيتها القدرة اللانهائية
أيتها الحكمة السرمديَّة
اشحني ذاتي باهتزازك الروحي
يا صوت الكلمة الكونية المباركة
سدِّد خطاي
لازمني
خذ بيدي من الديجور إلى النور

كلما فكرتُ بك يا رب يتولد في كياني فيضٌ من الشوق المتأجج، فيهز مشاعري ويسري من قلبي إلى كل خلايا جسمي فيشحنها بالحب الإلهي.

أقصى أمنياتي هي بلوغ قـُدس أقداس كيانك والتلذذ بحضورك.

وفجأة ينفتح باب الروح، فتغمرني غبطة عارمة لمرأى نورك الوهّاج!

الماضي مجهول لمعظم البشر باستثناء قلة قليلة من المستنيرين. ومع ذلك فإن جهلنا بالماضي هو أيضاً لصالحنا. فلو عرفنا كل ما فعلناه في هذه الحياة وفي حيوات سابقة لهذا التجسد لصُعقنا للتراكمات الهائلة ولأصبنا بالذهول ، بل ولربما أصيبت إرادتنا بالشلل التام من هول المفاجأة فنعجز عن مواصلة السعي ونقع فريسة الإحباط. وحتى في هذه الحياة الدنيا فإن النسيان نعمة من نعم الله، فلا تطغى على فكرنا وشعورنا تذكارات الماضي، لا سيما المُرة والأليمة منها

لكن لحسن الحظ فإن الشرارة الإلهية بنا دائمة التألق بالأمل وبالرغبة في مواصلة مسيرة الحياة التي لا تتوقف. ويجب أن نشكر الله على هاتين النعمتين: نسيان الماضي والأمل بالمستقبل

يجب أن لا نستنتج أن القدر يضع عوائقَ أمام حرية الإرادة، ومع ذلك علينا أن نبذل قصارى جهدنا لمقاومة المؤثرات السلبية التي يعزوها معظم الناس إلى القضاء والقدر، وممارسة حرية

الإختيار بحسب قناعاتنا الباطنية شرط أن تكون تلك القناعات قائمة على الإيمان الصحيح ومرتكزة على القوانين الإلهية التي لا يمكن للإنسان أن يتذوق طعم السعادة الحقيقة دون مراعاتها والعمل بموجبها

عندما نشرع في عمل ما ينبغي أن لا نرهب الظروف المعاكسة، بل يجب أن نكون متفائلين إلى أقصى حدود التفاؤل، مع إيمان مطلق بأن لا شيء يمكن أن يقف عائقاً في سبيل تمرين الإرادة وممارسة حرية الإختيار

إن لم ننجح في تحقيق مبتغانا فلا بأس من الإعتراف الضمني أن هناك أموراً معاكسة من صنع أيدينا حالت دون بلوغ الهدف، ولا بد من المثابرة ومضاعفة المجهود لبلوغ المقصود. كما يجب أن نؤكد لأنفسنا أنه مهما كانت العوائق والعقبات قوية وعاتية لا زلنا نملك ما يكفي من القوة لإزاحة تلك العوائق والتغلب على تلك العقبات, وحتى إن أخفقنا بالرغم من كل المحاولات، فلا داع للقنوط والإحباط ما دمنا ندرك أن إرادة الإنسان أقوى من قدره الذي هو من صنع يديه، ولذلك يجب أن لا يكف عن المحاولة مهما فشل في مسعاه لأن هناك أبواباً مفتوحة دائماً وأبدا وما علينا إلا أن نواصل السعي ونكرر المحاولة حتى يكتب لنا النجاح. فالله يمدنا بالعون ما دمنا نتوكل عليه ونبذل المجهود. فمن سار على الدرب وصل، وما خاب من على الله اتكل

عندما يرغب الشخص بشيء ما، وتكون رغبته لذلك الشيء قوية وملحّة، فإن تلك الرغبة لا تفارق وعيه، أينما ذهب وحيثما توجه، ومهما كانت شواغله ومشاغله، وبعملها الدائم الحثيث، تمتلك تلك الرغبة عزماً وطاقة هائلين، هذا الهمس الفكري هو أقوى وأكثر فعالية، من الابتهال الآلي، الذي لا يتعدى تحريك الشفتين. وهكذا يفعل محبو الله، فهم يهمسون حبهم لله دون انقطاع، وهمساتهم قلبية غير مسموعة، خلال كل نشاطاتهم اليومية، هذا الهمس الوجداني لا يشغلهم، ولا يتعارض مع واجباتهم الأخرى، وإذ تتعاظم رغبتهم في الله، يقوى حبهم له ويزداد عمقاً، فيلامسون حضوره، ويبصرون بعين الروح نوره، فيتذوقون غبطة عارمة، ويشعرون بسلام يفوق حد الوصف.

إن الله يرسل لنا الدروس، التي نحتاجها في الحياة، كي نستفيد منها، ونكتسب فهماً وخبرة، من يتهرب من تلك الدروس، سيضطر لأن يتعلمها مهما طال الزمن.

كل اختبار هو صديق، إن تعلمنا منه، وهو طاغية مستبد، إن فرطنا في الفرصة المتاحة، وأسأنا استخدامها، بالتذمر والإستياء وسوء التقدير,

عندما نمتلك الفهم السليم، والموقف الصحيح تجاه الحياة، فإنها تصبح جميلة وخالية من التعقيد

حالات نفسية

لا يستطيع الشخص أن يظل طوال الوقت، محمولاً على موج البهجة، أو مغموراً تحت مياه الحزن المضطربة، أو غارقاً في لجج الضجر. ففي هذا العالم الذي يتميز بالثنائيات المتصارعة، يخضع الشخص العادي للتقلبات صعوداً وهبوطاً.. يرتفع على موج الفرح ويغوص إلى أغوار اللامبالاة، وتشقلبه أمواج عاتية من الحزن.. ونادراً ما يعرف حالة أخرى من حالات الوعي. والسماح للظروف بأن تتقاذف الفكر على هذا النحو يعني استسلام الإرادة لقدَر نزوي متقلب الأطوار.

ما يحتاجه الإنسان كي يحيا حياة ناجحة ومُرضية، هو امتلاك الإتزان العقلي

وهذا يمكن تحقيقه فقط بتركيز الذهن والسيطرة على الملكات النفسية.

حتى أشد الأحزان يشفيها الزمن، فلا فائدة من استحضار الحزن في كل يوم من أيام حياتنا. إن الحزن المستدام على عزيز مفارق، لا يساعده ولا يساعدنا، ولا يغير من الواقع شيئاً. كما أن تنمية عقدة النقص أو معاقبة الذات على أخطاء أو إخفاقات ماضية لا يجدي نفعاً. بل يجعل الحياة تعيسة بائسة، ويشل القدرات العقلية.

يجب أن لا نسمح لأنفسنا بالسقوط، في حفر الروتين الممل، لأن تلك حالة نفسية أبعد ما تكون عن الراحة، كونها تقلق الفكر، وتحرق القدرات الكامنة، في أتون اللامبالاة.

يجب اجتثاث الفشل من الجذور وحرث حقول الحياة بهمة وعزيمة وزرعها ببذور الخير من أجل جني محصول وفير بعونه تعالى.

حديد في اليوبيل الفضي

ذات مرة دُعيت لحضور يوبيل فضي لزوجين كان الإنطباع السائد عنهما بأنهما من أسعد الأزواج، لكن في اللحظة التي دخلت فيها بيتهما شعرت أن هناك شيئاً خطأ، فطلبت من اثنين من التلاميذ أن يلاحظا معاملتهما لبعضهما أثناء السهرة، وقالا لي فيما بعد الزوج والزوجة يبتسمان لبعضهما أمام الآخرين فقط ويخاطبان بعضهما بأعذب الألفاظ مثل "صح يا عيني" و "بالطبع يا روحي" وما إلى ذلك من هذه العبارات الودية ولكن ما أن يظنان أنهما بمفردهما حتى يتناقران ويوجهان عبارات جارحة أحدهما للآخر

تحدثت إليهما وقلت: دعوتماني لحضور حفلكما لكن الجو مشحون وأشعر بوجود قدر كبير من الخلاف في هذا البيت، ويبدو لي أن هناك الكثير من الحديد في هذا اليوبيل الفضي.

في البداية أخذا على خاطرهما، لكنهما اعترفا بعد ذلك بصحة كلامي وقدما اعتذاراً واستطردت قائلاً: ما الذي تكسبانه من المشاحنة والخصام طوال الوقت؟

يبدو أنكما تعيشان معاً حفاظاً على سمعتكما بأنكما زوجان مثاليان، لكن عليكما أن تكونا كذلك مع بعضكما وأن تعيشا بسلام ووئام من أجل سعادتكما وراحتكما النفسية

الغذاء المغناطيسي

عندما يتحدث الناس عن الغذاء أو التغذية فإنهم يقصدون بذلك الغذاء المادي الذ يتم تناوله لإعالة الجسد. لكن هناك أنواعاً أخرى من الغذاء لا تقل أهمية عن الغذاء المادي، بل هي أكثر أهمية في أحيان كثيرة، ومن تلك الأغذية الفكرية أو الروحية النشاط العقلي أو تركيز الذهن والحكمة والتمييز الروحي.

الغذاء المادي يعيل خلايا الجسم أما الغذاء الفكري فيشحن العقل بالأفكار الصحية، في حين يقوم غذاء الحكمة بإنعاش النفس وتطوير ملكاتها

الغذاء الفكري يتألف عادة من الأفكار التي يفكرها الإنسان وتلك التي يتلقاها من الآخرين بفعل الإتصال بهم والتفاعل معهم

ذوو الطباع الهادئة والطبائع النبيلة يساعدون على جعل أفكارنا مغناطيسية وصحية.

ليس صعباً تحديد ما إذا كان الشخص يستمد غذاءه الفكري من بيئة مسالمة أو مشاكسة. فالقلق النفسي والإضطراب والتشويش.. كلها تنجم عن مخالطة النوع المغلوط من الناس، سواء من الأصدقاء أو الأقرباء مما يتسبب في أفكار قلقة ومزاج معكر.

الجسم يستمد الطاقة والنشاط من الأغذية المادية، في حين تقوم الأغذية المغناطيسية بإمداد الجسم والعقل معاً بشحنات من الطاقة أسهل هضماً من الأطعمة الجامدة والسائلة التي لا يمكن تحويلها بسهولة إلى طاقة حية

عندما تتمكن من تحويل الجهل إلى حكمة، والضعف والوهن إلى صحة وحيوية، والسير بثقة وجرأة – ولو بمفردك - على دروب الحياة، والإبتهاج الباطني لامتلاكك ضميراً حياً ويقظاً، والإيمان القاطع بعدل الله وبانتصار الحق على الباطل والحقيقة على الوهم

وعندما تحاول كل يوم إطلاق أفكارك نحو مستويات أرق وأرقى، وتمتلك قلباً محباً وشكوراً، ونوايا طيبة نحو الآخر، يكون غذاؤك الفكري مغناطيسياً، وستجذب إليك عندئذٍ كل ما هو جميل ونافع، من أشياء وأشخاص وظروف، تمس لها الحاجة في مواصلة المسيرة نحو شواطئ الأمن وبر الأمان.

عندما تبذل المجهود لتحصيل ما تحتاجه، وتقنع بما ييسره الله لك تكون أغنى نفساً وأكثر رضاءً، من المتهالكين على الدنيا.. الطامعين في حطامها

عندما يطلب الإنسانُ الله، الذي هو الصديق الأوحد، خلف كل الأصدقاء، يصبح بالإمكان ترسيخ الصداقة الصادقة، في كافة العلاقات البشرية، العائلية، الأخوية، الزوجية والروحية

الصداقة عنصر حيوي في العلاقات الزوجية، ويجب أن تكون الأولوية للتقارب الفكري والوجداني، والإحساس بالجاذبية المعنوية، والحب الحقيقي والصداقة

الذين لا يميزون ما بين الحب الحقيقي، والجاذبية الحسية يخيب أملهم المرة تلو الأخرى.

عندما يؤسَّس الزواج على مُثل راقية واحترام متبادل، يصبح اتحاداً سعيداً وموفقاً بين روحين متحابين ومتعاونين على تخفيف أعباء الحياة عن بعضهما، وتبديد هموم العيش بالتعاطف والفهم الودي المشترك.

لا يمكن لأحد أن يسيّرني أو يسلبني إرادتي، ما لم أسمح لأفكار الآخرين وأفعالهم بالتأثير عليّ.

يا رب، إنني أدرك أن أمامي فرصة لا متناهية لاستكشاف قدراتي ومعرفة إمكاناتي الروحية، سأستبدل التعلقات المادية بالطموحات العليا وسأدرك أن الروح الأمين معي على الدوام

اليوم سأشحن أفكاري بجرعة من التفاؤل، وسأفصُل ذاتي عن الإختبارات غير المستحبة، وسأمارس ما من شأنه أن ينمي الجسم والعقل والروح على نحو متوازن ومتسق

إن رقصة الحياة والموت متواصلة على الدوام، لكنني سأحرر نفسي للأبد، بإنقاذ هويتي الروحية. وعندما تواجهني عواصف التجارب والمحن، سأنطلق بقارب روحي عبر بحر الحياة إلى الشواطئ الإلهية الآمنة

عندما أعمل وأبدع سأتذكر أن الله يعمل من خلالي، إنه سيد الكون ويمكنني الإتصال به بالتأمل العميق عليه.

يا إلهي الحبيب، إنني أدرك أن أفكاري ستجلب لي إما الفشل أو النجاح، اعتماداً على أيهما الفكرة الأقوى في حياتي. لذلك سأحاول أن أتذكر بأنك تمد لي يد العون وتهيئ لي أسباب النجاح.

عندما تحل المصائب والبلايا، سأستنهض همتي وأقوّي تصميمي للتغلب عليها، سأنتهج الإخلاص والصدق، في معاملتي وتعاملي مع الجميع، وسأطلق أفكار المحبة والأماني الطيبة، عندئذ سيؤيدني الله بقوته وحكمته.

يا رب، سأستخدم قوة إرادتي وفكري، لإنجاز الأشياء الصغيرة أولاً، وبعدها أتحول إلى إنجازات أكبر

حتى ولو تحققت كل الطموحات المادية، فإنها لا تمنح مع ذلك سوى سعادة منقوصة، وبالعثور على الله سأكتشف خزانات

الغبطة التي لا تنضب ولا تكف عن التدفق والجريان، في بساتين الروح ومروجها الدائمة الخضرة

أقوال ذهبية

السعادة هي حقي وميراثي وكنزي الإلهي المخبأ. وجهني يا رب كي أعثر في داخلي على النفائس التي تفوق أحلام الملوك.

* * *

إن ساكن القلوب الإلهي ينير في المريدين - بدافع رحمته وحنانه - مصابيح الحكمة المتألقة التي تبدد ظلام الجهل.

* * *

الحياة حركة ذكية وذات إيقاع منتظم .. تصوغ ذاتها في الجماد .. أو تتخذ شكلاً حياً ومتحركاً .. الحياة شاملة وتتخلل كل شيء.

* * *

أيها المحب الأعظم، أنت الحياة.. وأنت غايتي ومطمحي. اجعلني وردة ناضرة في بستانك السماوي، أو خرزة متلألئة في عقد حبك الوضاء، أو أعطني أعظم شرف: أصغر مكان في قلبك.

* * *

حيثما يقدّر الآخرون جهودي في عمل الخير فذلك هو المكان الذي فيه أستطيع تقديم أعظم خدمة.

* * *

لننسج بساط الأحلام الذهبية بخيوط حريرية من الذكريات العذبة والأفكار الراقية.

* * *

العقل الفارغ [من الأفكار الإيجابية البنّاءة] هو مصنع للمتاعب والقلق واليأس والقنوط.

***

إن استوطن الحب الكوني قلبك فسيجلب لك سعادة دائمة ومتجددة لا يمكن لأي شيء آخر أن يمنحها لك.

***

إن زهور الحياة النابتة في حديقة الوجود الأرضي هي رائعة الحسن بهية المنظر. ولكن الأروع والأبهى هو ينبوع

الجمال والذكاء الموجود في مكان ما، والذي منه جئنا وإليه سنعود ونمتزج به ثانية.

***

عندما يستيقظ المريد صباحاً يؤكد لنفسه: "أنا لست الجسد، أنا روح غير منظور.. أنا الفرح.. أنا النور.. أنا الحكمة.. أنا المحبة. ومع أنني أسكن في هذا الجسد إنما روحي خالدة لا يمسها الفناء.

***

مثلما تساعد قطرات الندى الزهور على التفتح والنمو هكذا يغذي اللطف الصداقة ويعزز نموها.

* * *

هناك أمواج تظهر على سطح المحيط وأمواج تتوارى في قلبه، وفي كلتا الحالتين هي في المحيط ومتحدة به. وبالمثل، فإن البشر الذين يعومون أثناء "الحياة" على صدر المحيط الكوني أو الذين يحتجبون في داخله عند "الموت" هم سواء بسواء داخل محيط الأبدية.

* * *

لا يمكن رؤية انعكاس القمر بوضوح في الماء المخضوض، ولكن حالما تهدأ صفحة الماء يظهر انعكاس القمر بكل جلاء. وهكذا الفكر أيضاً: فعندما يكون هادئاً يمكنك رؤية وجه روحك بكل صفاء ووضوح.

***

ارسل يا رب أشعة شمس حكمتك لتهديني في أيام إنجازاتي السعيدة، وضياء بدر رحمتك عندما أسير في ليالي الحزن المظلمة.

***

التأمل هو الوسيلة التي تجعلك على تواصل مع العقل الكلي، وعندما تتناغم مع ذلك الإدراك اللانهائي ستتمكن من معرفة كل أسرار الخليقة.

***

الرغبة في التقرب من الله والتعرف عليه لا تأتي من تلقاء ذاتها بل يتعين تنميتها، ولا قيمة للحياة بدون تلك الرغبة.

***

الحياة الأرضية هي محطة مؤقتة وواجب الإنسان الأول هو معرفة الغرض من هذه الرحلة وغايتها. الغاية هي معرفة الله ولا يمكن أن تكون غير ذلك.

***

سلامك هو كنزك الثمين فلا تسمح لأحد بأن يسلبك ذلك الكنز.

* * *

تعلم أن تقف بمفردك، آمناً مطمئناً في حصن فضائلك وقيمتك الذاتية.

* * *

كل شيء موجود لأن الله موجود.. ولأنه موجود فأنتم موجودون أيضاً. وبفضل وجوده تنعمون ببحبوحة العيش ومباهج الحياة.. ولهذا يجب أن يكون اعترافكم بفضل الله كبيرا.

***

الكتب الجيدة يمكن أن تكون بمثابة أصدقاء صامتين وفي غاية التأدب والتهذيب. لا تتخلَ عن تلك الكتب الصديقة في لحظاتك العصيبة لأنها لن تتركك أبداً، في حين قد يهجرك الأصدقاء الماديون ويتخلون عنك.

***

من يمتلك صحة جيدة وبحبوحة من العيش وقدرة عقلية كبيرة ومع ذلك يفتقر إلى السعاده فإنه لم ينجح في الحياة بعد. عندما يمكنك القول صادقاً: "إنني سعيد ولا يوجد من يقدر أن يسلبني سعادتي" تكون قد عثرت على صورة الله في داخلك.

***

أكدوا على الهدوء والسلام وابعثوا فقط بأفكار المحبة والنوايا الطيبة إن أردتم أن تعيشوا بسلام وانسجام. احيوا حياة مؤسسة على الصلاح والتقوى وكل من تتصل حياته بحياتكم سيستفيد من مجرد كونه معكم.

***

إن كنت بدون أصدقاء، أو إن كان أصدقاؤك يستنزفون وقتك، أو إن كنت لا تنسجم معهم، فلتكن الكتب [والمواد] التي تكتنز الحكمة أصدقاءك حيث يمكنك العبور من أبواب صفحاتها إلى دنيا الأفكار المدهشة والمشوقة.

***

العثور على الله يعني الحصول على كل ما يشتهيه القلب، وكون المرء روحياً يعني أن يفتح أبواب الصحة والسعادة والنجاح.

***

في داخلنا شرارة من القوة الإلهية التي تخلق وتسند الحياة بأسرها.. وهي بانتظار إيقادها

***

القراءة نشاط عقلي نافع جداً فهي تمرّن الفكر وتبقيه مرناً. إن ساعة أو ساعتين من القراءة اليومية ستمنح أي إنسان ثقافة منوعة في غضون بضع سنوات إن هو اختار كتباً تستحق القراءة. لا تضع الوقت ولا تؤذِ قدراتك العقلية بقراءة روايات رخيصة أو كتب تافهة لا هدف لها ولا معنى.

***

ذوو الميول الاجتماعية سيجدون في الكتب القيّمة طاقة جديدة لمساعدة الإنسانية.. من خلال الدروس التي تحتويها كتبٌ من تأليف النبلاء من رجال ونساء موهوبين.

* * *

القراءة نشاط عقلي نافع جداً فهي تمرّن الفكر وتبقيه مرناً. إن ساعة أو ساعتين من القراءة اليومية ستمنح أي إنسان ثقافة منوعة في غضون بضع سنوات إن هو اختار كتباً تستحق القراءة. لا تضع الوقت ولا تؤذِ قدراتك العقلية بقراءة روايات رخيصة أو كتب تافهة لا هدف لها ولا معنى.

* * *

يجب التخلص من الأنانية والكبرياء لأنهما أكبر عائق أمام المعرفة الروحية.

* * *

بدون الإحساس بالله يبدو هذا العالم مليئاً بالصراع والعنف والخيبات المريرة. السعادة تكمن في الشعور بالقرب من الله.

* * *

العارفون بالله يمتلكون الابتهاج والسرور في قلوبهم على الدوام. ولأنهم يشعرون بالأمن والطمأنينة المباركة لا تهزّهم عواصف الغضب ولا يتطرق الخوف إلى قلوبهم.

* * *

الكتب الجيدة هي أفضل أصدقائك، فمن خلالها يمكنك سماع [العظماء] يتحدثون بهدوء إليك .. يواسونك ويقدمون لك أفضل النصائح. إن عدم تنمية الرغبة الحقيقية في قراءة الكتب الجيدة يعني ضياع ميراث الأجيال.

* * *

بدون العون الإلهي يفشل الناس حتماً، لأن القوة والحكمة اللازمتين لإحراز النجاح في معركة الحياة تأتيان من المصدر اللانهائي. وعندما يتجاهل الإنسانُ اللهَ فإنه بذلك يقطع الحبل الذي يمده بالمساعدة والدعم المطلوبين للنجاح.

المريدون الذين يقرعون باب الفرص الروحية سيجدون أن الباب يُفتح لهم لأن الله يساعد الذين يساعدون أنفسهم.

عندما تكون على توافق مع الله تتناغم الطبيعة بأسرها وتنسجم معك.

* * *

الحُب يشبه ورق الصنفرة الذي يصقل العقل ويزيل الخشونة من الطبع.

* * *

عندما تجد الله فجأة في كل مكان.. وعندما يأتي إليك ويلهمك ويهديك.. تكون قصة الحب الإلهي قد بدأت.

* * *

فلتتوهج المحبة في القلوب ولترسل إشعاعات الشفاء للآخرين.

* * *

اطلب التعرف على الله ما دمت فتياً وقوياً لأنه في الشيخوخة والمرض قد لا تقوى على البحث عنه. وفي السن

الذي فيه يبدأ الناس بفهم المغزى الحقيقي للحياة يصبح الجسم واهناً فيصرفون ما تبقى من عمرهم في الاعتناء بالآلة الجسدية الهشة بدلاً من البحث عن الحقيقية.

* * *

سأتخذ من كل شعب أفضل ما لديه، وسأستحسن الصفات الطيبة لكل القوميات دون التركيز على عيوبها.

* * *

مثلما نهتم بالقيمة الغذائية لطعامنا اليومي، هكذا يجب أن نبدي اهتماماً بمغذياتنا النفسية التي نقدمها لعقولنا كل يوم.

* * *

الكلام العذب ترياق عجيب للعديد من الأمراض وفيه قوة سحرية ومغناطيسية جبارة تجلب الكثير من الخيرات والبركات لصاحبه. فالذي يستخدم الكلام العذب المهدّئ للخواطر يشعر بتيار خفي ينساب من خلاله دون انقطاع ويمتلئ كيانه بفيض من الطمأنينة لأن ذلك التيار متصل بمصدره الأعلى الدائم التدفق والجريان إلى النفوس المتناغمة مع ذلك المصدر، وسيتمكن من نقل السعادة إلى النفوس المتعطشة للسلام.

* * *

كم من كلمة طيبة نابعة من القلب بددت أحزاناً كثيرة.. وكم من أصواتٍ حكيمة أنارت دروباً مظلمة بمصابيح البهجة والطمأنينة!

* * *

* إننا ننمو من خلال كل تجربة نمر بها ما دمنا ندرك أن بمقدورنا استخلاص دروس نافعة منها. فلكل ما نختبره من ألم ومعاناة معنىً وغاية. وبالرغم من قسوة التجارب، لكنها كالنار التي تصهر خام الحديد لتحوله إلى فولاذ جميل المنظر، قوي التحمّل، ومتعدد الاستخدامات.

* * *

إن جميع الإنجازات البارزة في حياتي تحققت عن طريق قوة العقل المتناغم مع الله. فعندما يكون مولـّد الكهرباء الإلهي شغالاً يتحقق كل ما أتمناه دون استثناء، إذ يرتسم أولاً كتصميم أثيري غير منظور ثم يتجسد بقوة لا تقاوم على أرض الواقع.

* * *

عندما يهمس الفكر لله همساً وجدانياً حاراً نابعاً من أعماق نفس مشتاقة سيلامس نداء الروح القلبَ الكوني وستأتي الإجابة ومعها فرح عظيم. الهمس الفكري ينمي الإرادة إلى أن تمتلك من القوة ما يكفي لتحقيق الهدف المنشود.

* * *

عندما يتناغم عقل الإنسان وإرادته مع الله فإنهما يُشحنان بقوة لا حد لها بحيث يصبح مجرد التفكير بأمر ما كفيلاً بتحقيقه لأن القانون الإلهي يعمل لصالح المتناغمين مع الإرادة العليا.

* * *

مهما كانت شواغلنا يجب أن يحتل الله المقام الأول في حياتنا، ومن أهم مقومات النمو الروحي هو الهمس الوجداني المتواصل لله حيث ستلمس بنفسك تغيّراً إيجابياً رائعاً سيعجبك كل الإعجاب.

* * *

يجب ألا يكرس الإنسان كل قدراته العقلية التي وهبها له الله للبحث عن أمور زائلة وإلا سيفقد ذاته في متاهات المادة ويخلق لنفسه قيوداً ومحدوديات هو بغنى عنها.. وعليه بدلاً من ذلك أن يستخدم قواه العقلية في تحصيل ضرورات العيش والسعي لتطوير ملكاته الروحية للتمييز بين الخطأ والصواب والضار والنافع.

* * *

الحقيقة تكمن ما وراء الآراء والنظريات وكثيرون ممن ينتهجون هذا الأسلوب يصبحون مقيدين باستنتاجاتهم الذاتية.

* * *

افتح يا رب أبواب السكون واحرس محراب أفكاري الروحية من هجمات الوساوس الشريرة.، ولتتفتح ورود أشواقي في بستان قلبي وأنا في انتظار فجر قدومك.

* * *

* لا قدرة للمعرفة النظرية على اكتساب العلم الإلهي ومن المستحسن ألا يصرف المرء وقته الثمين على نظريات لا يمكن

تطبيقها على أرض الواقع وإلا سيجد نفسه في خضم أدغال فكرية كثيفة وغير قادر على تخطي نطاق النظريات.

* * *

السعادة هي ثمرة الانتصار النفسي على ظروف الحياة المتقلبة.

* * *

من يعترف به الله قد يكون مجهولاً بالنسبة للعالم.

* * *

إن برمجَ الإنسان نفسه بمعرفة نظرية [دون اختبار فعلي] سيصبح كجهاز تسجيل متنقل يكرر أقوالاً مأثورة ويردد عبارات سامية فيعتبره الآخرون عالماً متفقهاً لكن مثل تلك المعرفة لا يعززها إدراك مباشر للحقيقة ولا يوازيها تحصيل روحي.

* * *

المشاكل ستتواصل في العالم، فإلى أين يمكن التوجه طلباً للإرشاد والهداية؟ أفكار المرء المستوحاة من عاداته وتحامله وأحكامه المسبقة وتعصبه لا تجدي نفعاً، ومؤثرات بيئته وعائلته وبلده أو عالمه لا قدرة لها على التوجيه الصحيح. ولذلك يجب التوجه إلى الله والإصغاء للصوت الهادئ الهادي الصادر من أعماق النفس المتناغمة مع الحق.

* * *

افتحوا قلوبكم للفيض الرباني كي ينساب من خلالكم ويملأ حياتكم بالخيرات والبركات الروحية.

* * *

مهما كانت الأعمال التي تقوم بها والإنجازات التي يمكنك تحقيقها تذكّر دوماً أن الله هو المصدر الذي يمدك بكل القوى التي تحتاجها للعمل والإنجاز.

* * *

* دعني أتذكرك يا رب في الفاقة وفي الرخاء، في المرض وفي الصحة، في الجهل وفي الحكمة، ودعني أبصر نورك المبارك الذي يمنح العافية والشفاء في التو واللحظة.

* * *

* في خلوة أفكاري أحنّ لسماع صوتك المبارك. أبعِد عني الأصوات الأرضية الخشنة المتوارية في طيات ذاكرتي.. أريد الاستماع لصوتك الهادي والمنشد على الدوام في سكينة نفسي.

* * *

في الحياة ظلام دامس ويجب أن نجعل نور الله مصباحنا الكشاف أثناء سيرنا على دروب الحياة المظلمة. فهو بدر التمام في ليالي الجهل والظلام.. وهو شمس الإشراق في ساعات اليقظة، ومنارة الإرشاد ونجم القطب لعابري بحور ظلمات الوجود الأرضي الموقوت.

* * *

آن الأوان لأن يوقظ الإنسان وعيه من غفوة النسيان إلى صحوة الروح. نسألك يا رب أن تبتعث وعينا من سراديب الغفلة والأفكار الضيقة المحدودة إلى آفاق السلام والنور والمحبة والتعاطف الإنساني الشامل.

* * *

* ستنصلح الأمور في نهاية المطاف لأن قوى الله وعجائبه محتجبة خلف تناقضات الحياة البشرية، ومن لا يقتنع بحتمية الأوضاع ويحاول النفاذ بعقله وإيمانه إلى ما وراء الحجاب سيُفتح له الباب.

* * *

الإيمان لا يعني أبداً أن يكون الإنسان متهوراً، أو ألا يتعامل بحكمة مع الظروف، إنما بغض النظر عما يحدث يجب أن يؤكد الشخص لذاته أن الله وحده قادر على مساندته في الظروف الصعبة والعصيبة إن هو توجه إليه بقلبه وروحه وأحاسيسه جميعاً.

* * *

لو أن حواسنا نقلت إلينا الحقيقة كاملة لرأينا الأرض على هيئة أنهار من الإلكترونات، ولأبصرنا كل ذرة من الغبار ككتلة متدحرجة من النور. والذين يَنفذون ببصيرتهم من المادة إلى الروح يدركون طبيعة الوهم ويعرفون جوهر الحقيقة.

* * *

سواء كان الشخص في أدغال أفريقيا أو في ساحة الحرب أو يعاني من المرض أو الفقر يجب أن يقنع نفسه بأن يد الله أقوى من الخطر وقادرة على حماية المستجيرين به. لا توجد طريقة أكثر فعالية للحماية. طبعاً يجب أن يستخدم المرء المنطق في تعامله مع الأحداث وفي نفس الوقت يثق ثقة تامة بالعون الإلهي.

* * *

* إن الحب الذي يسكن قلوب كل المخلوقات .. حب كل الأمهات والآباء والأصدقاء والأحباب.. هو منبثق عن الحب الإلهي.

* * *

يجب التمييز بين الواجبات الكبرى والصغرى وإعطاء الأولية للأهم منها قبل المهم. كما ينبغي ألا يناقض واجبٌ واجباً آخر. الأسفار المقدسة تخبرنا أنه عندما يتعارض أحد الواجبات مع واجب آخر فذلك دليل على أنه ليس واجباً حقيقياً.

* * *

مع انتشار أشعة الشمس الحيوية سأنشر أشعة الأمل في قلوب الفقراء والمهجورين [الذين تخلى عنهم المجتمع]، وسأبث عزيمة جديدة في قلوب الذين يظنون أنهم فاشلون.

* * *

قال المعلم برمهنسا لأحد المريدين:

"لا تستثنِ أحداً من دائرة حبك. أحتفظ بالجميع في قلبك وسيحتفظون بكَ في قلوبهم."

* * *

ساعدني يارب كي أستخدم إرادتي دوماً في إنجاز الأعمال النافعة والخيّرة.

وساعدني كي أتوافق مع إرادتك حتى تستجيب كل أفكاري لمقاصدك وتتناغم مع مشيئتك.

وساعدني على إيقاظ القوة الخفية المباركة في داخلي كي أتغلب على كل المصاعب والتجارب.

* * *

يقظ تلك الشخصية الروحية الجريئة والمتواضعة في آن – التي تجمع ما بين قوة الأسود ووداعة الحمائم.

* * *

لن أهتم للانتقاد الزائف المرير ولا لأكاليل المديح والاطراء. أمنيتي الوحيدة هي عمل إرادتك يا رب وكسب رضاك.

* * *

لا يمكنك أن تتصور الفرح الفائق الذي سيغمرك عندما تشعر بالحضور الإلهي. النفس عندئذ تنتشي بحب الله الذي لا نهاية له. إنه حب يفوق أي حب بشري بملايين المرات.. حب يحقق كل أمانيك ويملأ قلبك بالبهجة والرضا.

* * *

بالتركيز الداخلي يمكنك أن تشعر مباشرة بالغبطة الروحية داخل نفسك ومن حولك. وإن ترسختَ في ذلك الوعي ستنمو شخصيتك على نحو توافقي وستكتسب مغناطيسية جذابة للناس وللمخلوقات الأخرى.

* * *

أيها المجير الأعظم، لا يهمني إن فقدت كل شيء بسبب قدَري الذي هو من صنع يديّ، ولكني أسألك يا ملاذي الوحيد أن تحمي شمعة حبي لك من رياح الغفلة والنسيان.

* * *

فلنشرب حتى الارتواء من مياه السلام النقية المنعشة المتدفقة من ينابيع الظروف المواتية والمعززة بتصميمنا الأكيد على التفكير الإيجابي والنظرة المتفائلة.

* * *

الضمير هو إحساس بديهي، يبيّن حقيقة المرء ودوافعه. عندما يكون ضميرك مرتاحاً، وعندما تعلم أنك تفعل الصواب، فلن تخشى شيئاً. الضمير النقي هو شهادة حسن سلوك من الله. البراءة أمام محكمة الضمير تعني امتلاك السعادةً والحصول على بركات الله.

* * *

حاول عمل الأشياء الجريئة والمحببة إلى النفس، التي لا يقوم بها معظم الناس، وامنح المحبة والسلام للذين لا يلتفت إليهم الآخرون.

* * *

قال المعلم برمهنسا لأحد المريدين:

"إن لم تصرف وقتاً لتهذيب العقل، فلن يتمكن أي مقدار من الرخاء المادي من إرضائك. هذا التهذيب ليس تعذيباً بل تدريب للوعي لتغذية الأفكار والأفعال التي تقود إلى السعادة.

***

سعادتك هي نجاحك، فلا تسمح لأحد بسلبك سعادتك. احمِ نفسك من الذين يحاولون إزعاجك. عندما كنت فتىً كنت أفقد صبري كلما روّج البعض إشاعات كاذبة عني. بعدها أدركت أن راحة ضميري هي أهم من رضاء الناس عني أو استحسانهم لي."

* * *

ليتكم تعرفون حكاية الغرام الإلهي التي يحياها بعض المريدين مع الله! ما من اختبار آخر في الحياة يمكن مقارنته بذلك الفرح. لقد عرفت قديساً كان مستغرقاً في حب الله طوال الوقت، وكان وجهه يشع بالحب المقدس. عين الله دوماً على محبيه ولا يتخلى عنهم لحظة واحدة.

* * *

قلائل هم المهتمون بتنمية قواهم العقلية والروحية.

* * *

لا تسمح لنفسك بالإنحدار إلى قاع التسويف.. انهض من إغفاءة الواقع العادي الممل وانطلق نحو آفاق الحياة الراقية حيث الإنجاز والفرح والسلام.

* * *

في داخلك إمكانات جبارة بانتظار استثمارها وأنت الوحيد القادر على تفعيلها والإستفادة منها.

* * *

التحرر من إملاءات العادات الخاطئة والأهواء غير السليمة يمنح سعادة أكبر بكثير من السعادة التي يمنحها النجاح المادي. في النجاح الأدبي سعادة نفسية لا يمكن للظروف الخارجية أن تسلبها منك. بإمكانك أن تصرف كل وقتك في جمع المال لكن ذلك المال لن يمنحك الراحة والضمان الدائمين اللذين تبحث عنهما. بل على العكس سيجلب لك المزيد من التعاسة لأن السعادة والسلام هما في الفكر وليس في الأشياء نفسها.

عندما تترسخ في ذاتك الحقيقية تنجز كل عمل وتستمتع بكل الأشياء الطيبة بالفرح الإلهي.

* * *

لا تسمح للضعف بالتسرب إلى عقلك وراءِ الحيطة والحذر عند مخالطة ذوي الأفكار السلبية والنظرة السوداوية لئلا تتسرب أفكارهم الضعيفة إلى عقلك ما لم يكن عقلك قد بلغ درجة من القوة بحيث لا يمكن لأفكار الغير أن تضعفه، بل على العكس من ذلك يقدر على تقوية أفكار الآخرين وتعزيز ثقتهم بأنفسهم.

* * *

الله أولاً، ولا ينبغي أن نستقبل يومنا أو نودعه دون التفكير به... ويجب أن نتذكر أنه لولا حصولنا على القوة والنشاط من الله لما تمكنا من القيام بأي عمل من أعمالنا. ولذلك واجبنا الأكبر هو نحوه.

* * *

هناك طريقة لتقييم العادات والتقاليد والحكم عليها. في البداية كان لكل تقليد مبرر. فإن وجدنا أن ذلك المبرر ما زال قائماً يكون للتقليد معنى وفائدة. ولكن ليس من الحكمة اتباع التقاليد دون تبصّر. يجب أن نعرف الحق ونتبعه، ونتبيّن ما يمكن أن يمنحنا السعادة فنطبّقه.

* * *

عندما ترى أعداداً كبيرة من الناس لا يملكون سعادة أو نجاحاً، لا تفكر أن الإنسان مكتوب عليه أن يعيش هكذا. باستطاعتك أن تجعل من نفسك ما تريد أن تكون. ونجاحك الداخلي هو ما يجعلك ناجحاً.

* * *

إن كنت لا تملك شيئاً في داخلك فلن تكون سعيداً. وإن كنت لا تملك شيئاً من حولك وكنت سعيداً في ذاتك فأنت ناجح بكل تأكيد. وهكذا ليس في المستطاع الحكم على الناس بحسب ظروفهم الخارجية.

* * *

من بين الجماهير الغفيرة قد يوجد إنسان بلغ حالة من السمو الروحي ويتمتع بسلام باطني وسعادة روحية فائقة.

* * *

إنني أعلم علم اليقين بأن كل ما أحتاجه سيأتي إليّ ولذلك لا أقلق لما سيحمله المستقبل. هذه ليست مباهاة ولا ادعاءً لأنني لمست عمل وفاعلية تلك القوة المباركة في حياتي مرات عديدة.

* * *

سواء كنت عائماً على سطح الحياة أو غارقاً في أعماق اليمّ، أعلم أنني مع الله وهو معي، وأن لا شيء يقدر على إيذائي. تلك المعرفة أعطتني سعادة فائقة تعصى على الوصف.

* * *

لا جدال أن هناك شعوراً ممتعاً لدى شراء شيء جديد. ولكن بعد مضي فترة من الوقت يتلاشى ذلك الشعور البهيج تدريجيا، بل قد تفقد الرغبة في ذلك الشيء وتنساه وترغب بشيء آخر. لكن فاتورة ذلك الشيء لن تنساك، فيما إن كنت قد اشتريته على التقسيط!

* * *

يجب أن يتحكم الإنسان بحياته ويبسّطها قدر الإمكان. ويجب أن يدّخر بعض المال للحاجيات والظروف الطارئة، وأن يوفـّر أكثر من الإنفاق على الكماليات، ويساعد الآخرين على قدر طاقته. عندما تساعد الآخرين سيأتيك العون بطريقة أو بأخرى ولن تحتاج أو تـُحرم شيئاً.

* * *

في ابتهاج كل القلوب أسمع صدى غبطتك يا رب، وفي صداقة كل المخلصين أشعر بمحبتك. أفرح وينشرح صدري لنجاح أصدقائي وتوفيقهم مثلما أسعد برفاهيتي ويُسري. وإذ ألهم الآخرين الحكمة أضاعف كنوز حكمتي، وفي سعادة الجميع أعثر على سعادتي.

* * *

إن ألد أعداء السعادة هي استدانة المال لشراء الكماليات. الناس يظنون من قبيل الوهم أنهم لن يكونوا سعداء ما لم يحصلوا على شيء بعينه. لكنهم لن يتذوقوا تلك السعادة حتى بعد حصولهم على ذلك الشيء، بالرغم من ابتهاجهم المؤقت به.

فما هو الهدف من الجري وراء سراب السعادة الأرضية الذي يعِد ويخلف الوعد؟ يجب أن يعيش الناس ببساطة دون الحاجة للكثير من المقتنيات التي تتطلب اهتماماً متواصلا.

* * *

فردوسي هو في داخلي. وإذ أستمتع بما أنعم الله عليَّ به، أشكره فيتعاظم فرحي الباطني. بدون ذلك الرضا الداخلي تتحول حتى أفراح الأرض ومسراتها إلى جحيم. ولقد تيقنت أنه لولا ذلك الفرح الباطني لكان عبء المسؤوليات الملقى على عاتقي قد سلبني سلامي وحرمني من سعادتي.

* * *

إن اقترنتْ الثروة بالمرض والمشاكل فالتبعات ستكون كثيرة. النظافة والرعاية الصحية هما من محاسن الغرب. فالحشرات المؤذية والجراثيم الفتاكة يتم مكافحتها بفعالية في البلدان المتطورة في حين تتواجد بكثرة في بلدان أخرى. لكن التخلص من تلك الآفات لا يعني ذروة الإنجاز، لأن هناك آفات من نوع آخر في الدول المتقدمة، مثل فواتير يصعب دفعها وأزمات مالية خانقة بسبب نظام الشراء بالتقسيط.. آفات تقض المضاجع وتقوض راحة النفس.

* * *

إننا جزء لا يتجزأ من نفس الوعي الذي عنه انبثق هذا الكون العظيم.

* * *

هل سبق ورأيت قطيعاً من الغنم؟ إن قفز واحد منه يقلده باقي القطيع دون تردد. معظم الناس هم على هذه الشاكلة. إذ قد يأتي أحدهم بفكرة أو يطلع بموضة جديدة فيتلقفها الآخرون ويقلدونها. هذا النمط ما زال على حاله منذ أجيال. لكل أمة عاداتها وتقاليدها ولا يمكننا القطع بصحة وسلامة جميعها. ولكن من يدري؟ فقد تكون بعض تلك العادات والتقاليد لا معنى لها ولا فائدة منها؟

* * *

عندما تهدأ ثائرة الأفكار المتلاطمة ندخل مملكة السلام ونلامس الحضور الإلهي.

* * *

فكّر بالله، أو بمنظر طبيعي جميل يوحي بالسلام، أو باختبار بهيج ومفرح، فالنشاط الذهني الإيجابي الهادىء منشط ومنعش.

* * *

إننا نعيش في عالم يسوده الهرج والصخب. تظن أن المال يعني السعادة، ولكن عندما تحصل عليه تجد أنك ما زلت غير سعيد. قد تحصل على المال وتفقد [لا سمح الله] صحتك. أو قد تمتلك صحة جيدة وتفقد مالك. أو قد تمتلك المال والصحة مع مشاكل عديدة مع الآخرين، إذ قد تقدم للناس أشياء طيبة ويعطوك في المقابل حقداً وكراهية. بدون الله لا يمكن لأي شيء في هذه الحياة أن يرضيك.

* * *

الأرض تتحول إلى حجرة تعذيب بالنسبة للذين يعيشون في جهل بالخطة الإلهية. ولكن عندما تنظر إلى تجارب الحياة على أنها معلمك وتتعلم منها الطبيعة الحقة لهذا العالم وماهية دورك المخصص لك في المسرحية الكونية، تتحول تلك التجارب إلى إضاءات قيّمة على الطريق نحو الرضا والسعادة الدائمين.

* * *

هناك خلف العتمة غير المظلمة، والسكون الذي لا صوت له واللاشيء غير المخلوق، يوجد الجوهر السرمدي الذي هو أصل الوجود ومصدر كل القوى والكائنات، المنظور منها وغير المنظور.

* * *

الله لم يخلق هذه الأرض لنا فقط كي نأكل وننام ونموت، بل لنعرف إرادته وندرك الغاية من وجودنا. إن حفنة من الحكماء قد أدركوا معنى الخطة الكونية لكن أكثر الناس غير مبصرين وغير مدركين لتلك الغاية.

* * *

لم يكن المال غايتي في الحياة بل غايتي كانت خدمة إخوتي وأخواتي في الإنسانية. ولذلك فقد فتح الله لي الكثير من أبواب الخير لإعالتي وإتمام رسالتي.

* * *

لقد خلق الله هذا الكون كي يعمل وفق قانون ثابت لا يتغير. إن انتهكنا أياً من النواميس الكونية نعاقب أنفسنا. فمن يقفز من سطح بناية عالية ستتحطم عظامه. لذلك لا يمكننا تجاهل قانون الجاذبية دون معاناة التبعات المترتبة على ذلك.

* * *

عندما نلقي نظرة معمقة على حضارات العالم ونستكشف الأسرار الخبيئة في المدنيات القديمة تبرز لنا صورة كبيرة، متشابكة الخطوط، متنوعة الفصول، دقيقة التفاصيل ونجد أن الإنسان ذو طبيعة فردية واجتماعية في نفس الوقت.

* * *

لو أن الله يريدنا أن نحيا فقط في الوعي المادي لكنا راضين كل الرضا بالأشياء المادية وقانعين بالطرق الدنيوية.

* * *

إشعاعات النقاء والسلام والسعادة التي تفوق الأحلام... تومض وتتراقص في أعماقنا الجوهرية.

* * *

مع ظهور كل تجربة في سماء حياتنا إبّان رحلتنا الأرضية هذه يجب أن نعرف كيف نوسع مدارك وعينا وكيف نكون أكثر تفهماً للظروف التي تحيط بنا أو نمر بها، وسنتمكن عندئذ من العيش بتوافق أفضل والتعامل بكيفية أكثر سلاسة مع الناس والحياة.

* * *

معظم الناس يقلدون الآخرين. يجب أن يكون الشخص أصيلاً مبدعاً، وأن يتقن كل ما يقوم به.

في الشرق انصَبَّ الاهتمام في المقام الأول على تنمية السعادة الروحية في حين تم إهمال الجانب المادي للحياة في معظم الأحيان. في الغرب توجد بعض وسائل الراحة المادية والقليل جداً من السعادة النفسية. ما تمسّ له الحاجة هو إحداث توازن بين الإثنين لأن الإهتمام بشيء واحد فقط في الحياة يؤدي إلى خلل وعدم القدرة على التعامل منطقياً مع متطلبات الحياة.

* * *

إن أعظم سعادة - بعد السعادة الإلهية - هي أن يكون الشخص في سلام مع أقربائه المباشرين الذين يتحتم عليه العيش معهم كل يوم من أيام السنة.

الناس يهدرون الكثير من الوقت في التسرع والاندفاع دون تحقيق شيء يذكر. وقلائل هم الذين يتوقفون ليفكروا وليحاولوا معرفة ما يمكن للحياة أن تقدمه لنا.

* * *

يجب أن نعمل على تشييد صروح باطنية من الحكمة في بساتين السلام التي تزهو وتتألق بزهور لا حصر لها من المزايا الروحية البديعة الرائعة.

* * *

الإنسجام الداخلي هو مصدرٌ ثرٌ للقوة ويولّد طاقة متجددة.

* * *

لدى النظر إلى الحياة تجد أن النجاح ليس بالشيء السهل. فالحياة غالباً ما تكون قاسية لا ترحم، وعلينا أن نكافح من أجل كسب لقمة العيش. فكـّر بالجهد الذي تبذله لإعالة الجسد وإبقائه معافىً وخالياً من المرض! وحتى لو نجحتَ في ذلك فإن ذلك النجاح يبقى مؤقتاً. فالجسد - طالت أعماركم - سيوسَّد الثرى في نهاية المطاف. الضرورة تقتضي مصارعة قوىً عديدة على المستويين الداخلي والخارجي من أجل إحراز النجاح المطلوب. تلك القوى تعمل جاهدة لسلبك الإنجازات الجديرة بالإعتبار.

* * *

حاول الاحتفاظ بهدوئك تحت كل الظروف، ودع نبتة سلامك تزهر بشاشة وابتسامات رضى.

* * *

حتى عظماء القديسين لا يحصلون على الخلاص التام ما لم يقاسموا نجاحهم مع الآخرين، أي تجاربهم الروحية ومعارفهم العليا، عن طريق مساعدتهم على بلوغ المعرفة الروحية. ولهذا السبب فإن الواصلين إلى تلك المراحل والحاصلين على تلك الحالات مهتمون بتقديم الفهم لمن هم بحاجة له. إن كنتَ ترغب في بلوغ النجاح الحقيقي فإنك لا تضمن بذلك سعادتك الشخصية وحسب بل سعادة الآخرين أيضاً.

* * *

كل من يمتلك ذكاءً يستطيع كسب المال. لكن إن كان يمتلك حُباً في قلبه فلن يستعمل ذلك المال أبداً لأغراض أنانية، بل سيشارك الآخرين به. المال لعنة ونقمة في أيدي الأنانيين والبخلاء وبركة ونعمة في أيدي ذوي القلوب الطيبة والنفوس الكريمة.

* * *

قد يرغب أحدهم بممارسة الصمت لفترة طويلة ويرفض خلال تلك الفترة الكلام مع أفراد أسرته. ذلك الشخص قد يفلح، نتيجة لذلك، بإحراز بعض السلام الذاتي، إنما تصرفه هذا هو أناني وضار بسعادة أسرته. فهو لا يُعتبر ناجحاً بالمعنى الصحيح ما لم ينتفع أعزاؤه أيضاً من إنجازه. وبالمثل، فإن إحراز النجاح المادي لا يقتصر على حقنا في التمتع بالرفاهية بمفردنا وحسب، بل يعني أيضاً مسؤوليتنا الأدبية نحو الآخرين من حيث مساعدتهم لتحسين أوضاعهم المادية وظروفهم المعيشية.

* * *

إنني محميٌّ خلف أسوار ضميري المرتاح. لقد حرقت الماضي المظلم وإني مهتم باليوم فقط.

* * *

اليوم أدرك بأنني واحد مع نور الخير الأعظم وبأنني منارة للذين يصارعون أمواج بحر الأحزان.

* * *

الناس لهم نظرات ونظريات مختلفة عن النجاح، بحسب طموحاتهم في الحياة. ولا يندر أن نسمع بعضهم يقرن النجاح بالسرقة كقوله "لقد كان لصاً ناجحاً"! مما يؤكد أن النجاح بكل أطيافه وأصنافه مطلوب ومرغوب. لكن نجاحنا يجب ألا يُلحق الأذى بالغير.

هناك أيضاً معيار آخر للنجاح: فعندما نتمكن من جلب نتائج توافقية ونافعة لأنفسنا يجب أن نشمل الآخرين أيضاً في نجاحنا ونقاسمهم ثماره.

النجاح يعني رضا الإنسان وقناعته في المحيط الذي يعيش فيه. النجاح الحقيقي هو المحصّلة لأعمالٍ مؤسسة على مبادئ

الحق، ويشمل سعادة ورفاهية الآخرين كجزء متمم لسعادة الإنسان نفسه. إن طبقنا هذا القانون على حياتنا المادية والفكرية والأدبية والروحية نكون قد حصلنا على تعريف كامل وشامل للنجاح.

* * *

هنا في هذا العالم المحدود نلمس الطول والعرض والكثافة، ولكن هناك مستوى آخر لا وجود فيه للأبعاد إذ كل شيء واضح شفاف.. كل شيء وعي وإدراك. حاسة الذوق إدراك وكذلك حاسة الشم. إن مشاعرنا وأفكارنا وأجسامنا هي حالات من الوعي. فمثلما نستطيع أن نرى ونسمع ونشم ونذوق ونلمس في الحلم، هكذا في ذلك المستوى السامي نختبر كل هذه الإحساسات بواسطة الوعي المحض.

* * *

أسعدنا يا رب بالإحساس بقربك، وحررنا من الشهوات المكبلة، وامنحنا فرحاً باطنياً لا تؤثر به تجارب الحياة وأحداثها المتقلبة.

* * *

عندما تتناغم عقولنا مع المدركات العليا، يستيقظ في داخلنا الوعي الروحي ونختبر عجائب مدهشة من الحكمة والحب الإلهي.

* * *

إن أحببنا الله محبة تامة وتوجهنا إليه بكل أفكارنا وقلوبنا سنحس بقربنا منه وسنجد أنه أعظم موئل أمانٍ في الحياة.

* * *

في الفضاء الذي يبدو خالياً خاوياً هناك صلة كونية وحياة أبدية توحّدنا بكل ما في الكون من أحياء وجمادات.. موجة من الحياة العظمى تتدفق عبر كل شيء في الوجود. الأبدية هي بيتنا الحقيقي ومستقرنا الدائم، ووجودنا في هذه الأجساد هو وجود مؤقت يشبه استراحة قصيرة لقافلة مسافرة عبر الصحراء.

* * *

عندما نتناغم مع قوى الروح الخلاقة سنكون على تواصل مع العقل الكلي واللانهائي القادر على توجيهنا وحل مشكلاتنا.

وستتدفق القوة المبدعة إلينا دون انقطاع من المصدر الأعظم لكياننا بحيث نتمكن من الإنجاز الإبداعي في أي مجال من مجالات أنشطتنا.

* * *

الحب ينمو ويزدهر في بيئة من الثقة والتسامح والاحترام المتبادل.

* * *

باركنا يا رب بنور الأفكار النقية والعادات الطيبة بحيث إن اقتربت منا ظلمة العادات السيئة والأفكار المنحرفة سيتم طردها على الفور. وساعدنا كي نحبك محبة فائقة بحيث لا تقوى أوهام المادة أو مغريات العالم على اجتذابنا والاستحواذ على عقولنا وقلوبنا.

* * *

نادراً ما تكون الأشياء التي يمكن الحصول عليها بسهولة ذات قيمة. هذا نعرفه من مطالعة حياة العظماء من الرجال والنساء وكيف أنهم أصبحوا عظماء من خلال تنمية مواهبهم وإنجاز واجباتهم وبناء قيمهم الخلقية ودراستهم المعمقة وابتعادهم عن الأنانية.. والنتائج التي حصلوا عليها والإنجازات التي توصلوا إليها كانت أعظم بما لا يقاس من الجهود التي بذلوها.

* * *

الحرية الحقيقية تكمن في حرية الإختيار الموجهة بالحكمة والمدعومة بالفهم والصواب والإرادة الحازمة.

* * *

عندما توقظ إرادتك وتصميمك وتمييزك الواعي تنطلق من الوعي السامي - عن طريق بصيرة الروح - قوىً غير منظورة لمساعدتك ولتوضيح السبل المؤدية إلى الراحة النفسية والسعادة بعون الله.

* * *

يجب على الانسان أن يفتح قنوات الروح بمجهوده الذاتي. ما من أحد يختار طوعاً التألم والشقاء بدلاً من السلام والسعادة. الجهل هو سبب المعاناة وهو العائق الذي ينبغي إزاحته والتخلص

منه. الجهل هو عشبة ضارة، قوية الجذور، تنمو في حديقة الانسان وتزاحم النباتات الصالحة والمفيدة. لا بد من التغلب على الجهل بالإرادة الحازمة والتصميم القاطع. يجب حرث تربة العقل بالتركيز الذهني الدقيق [على الإيجابيات] وسقي البذور الجيدة بماء الإيمان. وعندما تشرق أشعة الحب الحيوية والدافئة سينمو نبت الخير ويتغلب على الأعشاب والحشائش المتطفلة لأن لا وجود للظلام مع النور.

* * *

إن بهجة الأشياء المادية تخمد وتتلاشى لكن الفرح الإلهي لا يخبو وهجه أبداً. إنه سعادة ربانية لا نهاية لها وتفوق حد الوصف.

* * *

يجب ألا نستخدم أبداً الأساليب المغلوطة للحصول على السعادة، وألا نتخلى عن السلام والثراء الروحي اللذين نمتلكهما في داخلنا طمعاً في الحصول على راحة موهومة وبحبوحة عيش براقة قد تلوّح لنا بهما الأفعال والتصرفات الجهنمية ذات الآثار المدمرة.

* * *

السكينة هي أفضل كاميرا لتصوير الحضور الإلهي. فمن خلال عدسة الطمأنينة الصافية والمركزة تركيزاً دقيقاً ستظهر الصورة المباركة واضحة بكل جلاء.

* * *

في الحقيقة إن كل الحكمة موجودة داخل نفسك وكل ما تحتاجه هو أن تصبح على دراية واعية بذلك .

* * *

الرضا يكمن في تحسين الإنسان نفسه بحيث يسعى الآخرون إليه بدلاً من أن يسعى هو إلى الآخرين. يجب منح المحبة والصداقة دون توقع أي شيء أو المطالبة بأي شيء في المقابل لأن التوقع يجعل الشخص ضحية الغيظ والاستياء. وحتى عندما يبذل الشخص مجهوداً لتحسين نفسه يجب أن يقف بمفرده، آمناً مطمئناً في قلعة فضائله وقيمته الذاتية.

* * *

لتنبجس شلالات البهجة والتفاؤل من قلبي على الدوام وليلامس رذاذها المنعش كل الذين أقابلهم.

* * *

الفرح الروحي يولِّد في النفس الرغبة لمساعدة الآخرين من كل ناحية، وينمّي القدرة على تذوق المتع المعنوية الراقية التي تقود إلى السعادة مما يقلل من الميل إلى الملذات الخشنة.

* * *

مهما كان دورك صغيراً يبقى مع ذلك بأهمية أكبر الأدوار من حيث المساهمة في إنجاح المسرحية الكونية التي تؤديها النفوس على مسرح الحياة.

* * *

الوعي الكلي هو وعيٌ مطلق لا نهائي، دائم التجدد ولا نفاد لإبداعه، ومن خلالك يحاول الإعراب عن مظهر فريد من ذاته.

* * *

إن تذوقت الحب الإلهي ولو مرة واحدة فلن تتخلى عنه أبداً لأنه لا يوجد شيء آخر مثله في الكون بأسره.

* * *

العارفون بالله بلغوا مراحل روحية متطورة جداً بحيث لا يكتفون بتقديم النصح الروحي وحسب للخاطئين، بل يمكنهم – بفضل الله وعونه - شحنهم بالقوة الروحية التي تحررهم من نتائج أعمالهم الآثمة.

* * *

إن كل الأعمال الصالحة والشريرة كامنة في خلايا الدماغ وتظهر على هيئة عاداتٍ أو نزعات صالحة أو شريرة في الفكر. الإنسان الذي يعاني من عادات غير سليمة بسبب خلايا دماغه المشحونة بقوة تلك العادات يمكن تحرير نفسه بقوة الإرادة والتأمل والدعاء الصادق والتأكيد الإيجابي المتواصل إلى أن تتحول كل عاداته غير المرغوبة إلى عادات طيبة من السلام والهدوء. هذا يحدث عندما تعمل قوة الحياة الموجّهة توجيهاً صحيحاً على تغيير الطبيعة غير السوية لخلايا الدماغ بحيث تصبح تلك الخلايا مفعمة بكل ما هو طيّب وصالح وجميل.

* * *

الفهم هو عين الباطن ورؤية الروح وتلسكوب القلب.. وهو التوازن بين رزانة العقل ونقاء الوجدان.

* * *

في كل يوم نبصر مشاهد مختلفة، وكل يوم يأتي بدرس جديد ينبغي تعلّمه، ويُتوقع من الإنسان أن يتعلم الدرس بالتركيز على الغرض الأسمى من وجوده: التعرف على مصدر كينونته وسند حياته.

لنعمل على نسيان أحزان الماضي ولنصمم على عدم التركيز عليها. وبإصرار أكيد وإرادة فاعلة لنجدد حياتنا، ولنعزز نجاحاتنا، ولنغذّ في نفوسنا العادات الطيبة والسجايا النبيلة.

الله هو قوّتي ولا أؤمن بأي قوة أخرى.

خض معركة الحياة وكافح حتى النهاية ولا تتراجع. لا تقل أبداً "لا يمكنني العثور على الدرب ولذلك سأوقف المحاولة". اسأل عن الطريق إن كنت قد ارتكبت أخطاءً ولكن لا تتوقف أبداً عن بذل المجهود. كثيرون يقبلون الهزيمة عندما تعترض طريقهم العقبات. على الفاشلين مخالطة الناجحين وليس الفاشلين. صمم على أنك ستنجح وتلك يجب أن تكون فلسفتك في الحياة.

كل يوم يجب أن نعزز قوانا الجسدية وأن نضاعف قوانا العقلية ونتعرف على ذاتنا الحقيقية بالتأمل والتفكير السليم والعمل الإيجابي المثمر والمفيد للجسم والعقل والروح معاً.

عندما ترغب بإنشاء عادة جيدة أو القضاء على عادة سيئة، ركّز على خلايا الدماغ حيث تتموضع آليات العادات على اختلافها. لإنشاء عادة جيدة، أجلس أولاً بهدوء وتأمل ملتمساً العون الإلهي.

ركّز ذهنك على محور الإرادة في الجبهة ما بين الحاجبين وبعمق أكد لنفسك العادة التي تريد أن تغرسها في الدماغ. وعندما ترغب في القضاء على عادات سيئة، احصر أيضاً انتباهك في مركز الإرادة وأكد بعمق أن كل الأخاديد التي تعشش فيها تلك العادات يتم مسحها.

بالتركيز وقوة الإرادة يمكنك مسح حتى الأخاديد العميقة للعادات القديمة المستحكمة.

أكد لنفسك مراراً وتكراراً أن لديك من قوة الإرادة ما يكفي لاستئصال جذور العادات غير السليمة من منطقة الدماغ. الوقت الأنسب لمثل هذا التأكيد هو الصباح الباكر عندما تكون الإرادة والإنتباه يقظين. واصل التأكيد لنفسك بأنك متحرر من كل الإملاءات وستجد يوماً ما أنك - بعونه تعالى - قد تحررت بالفعل من العادة التي تريد التخلص منها.

مهما كان الشيء الذي تخشاه، ابعد فكرك عنه واتركه لله. عزز يقينك بالله وثق بأنه قادر على مساعدتك، واعلم أن قدراً كبيراً من المعاناة ناجم عن الهم والقلق.

لماذا يتعين عليك أن تتألم الآن والشيء الذي تخشاه لم يقع بعد؟ بما أن معظم اضطراباتنا تأتي عن طريق الخوف، فإن أقصينا الخوف من حياتنا سنشعر بالحرية وسيكون الشفاء فورياً.

كل ليلة وقبل النوم مباشرة أكد لنفسك أن الله معك وأنه يحميك ويرعاك. تصور نوره الواقي يحيط بك من كل جانب وستشعر بحمايته العجيبة.

في هذه المسرحية الكونية، يقوم البشر من كل الأجناس بتمثيل دراما الحياة على مسرح الزمن.

يجب أن ندرك مغزى الحياة دون الإنهماك الزائد أو التحقق المفرط مع أدوارنا المؤقتة. إن إدراكنا للحياة كثيراً ما يشوبه التشويه والإنحراف لأننا ننظر بعيون الأنانية والأفق المحدود، ولو نظرنا بعين الروح لأبصرنا الأمور من منظور آخر تماماً.

عندما نفتح عين الحكمة نبصر نور الله الشامل، وفي ذلك النور نعاين طبيعتنا الروحية التي هي انعكاس لطبيعة الوعي الكلي الذي يتخلل كل جزيئات وأجزاء الكون.

الحقائق الروحية تحيط بنا وتقرع على أبواب عيوننا المغمضة وتستحثنا كي نبصر النور بدل الظلمة ونعمل بوحي الحكمة وليس الجهل ونملأ قلوبنا بالمحبة لا بالكراهية ونتعاون على إحلال السلام وجلب الوفرة والأمن إلى عالمنا. عندما نفعل

ذلك سيتبدد الجهل وتنعدم الفوارق الوضعية وسنبصر الوحدة في التعداد ونصبح أكثر توافقاً من الإرادة الإلهية.

إن علاقتنا مع الله ليست علاقة باردة أو علاقة غير قائمة على الحب والدفء كالعلاقة بين رب العمل والأجير. نحن عياله واهتمامه بنا لا يتوقف، وهو يصغي لنا على الدوام. إننا جزء لا يتجزأ من كيانه وعلاقتنا به حية وحيوية. لقد وهبنا ثروة لا تنضب من المحبة والفهم والبصيرة والإرادة الطيبة والقوة الروحية، لكن معظمنا بدد تلك الثروة على اللاشيء.

الله يريدنا أن نحيا بأمن وطمأنينة وتعاون ودي كما يليق بأفراد أسرة نبيلة متحابة، لكن الأطماع والحسابات الأنانية نبتت وترسخت في النفوس وفرقت ما بين الأهل.

الله يريدنا سادة لكننا اخترنا أن نكون عبيداً. لقد ابتعد الإنسان كثيراً عن بيته السماوي وفقد الفردوس الباطني المتمثل في الإحساس بقربه من الله وقرب الله منه، ولن يتمكن من استعادة ذلك الفردوس دون مجهود ذاتي. لقد خلقنا الله على صورته ولكن غابت تلك الحقيقة عن أذهاننا.

لقد استسلمنا للوهم بأن قـَدرَنا هو العناء ومآلنا الفناء، ويجب أن نمزق حجاب الوهم بخنجر الحكمة لنرى الحقيقة الناصعة من خلف الحجاب.

لقد أنعم الله عليّ بالسعادة خلال هذه السنوات المديدة من عمري. وسواء رأى الناس ابتسامة الرضا على وجهي أم لا، فإن الفرح الإلهي يلازمني على الدوام ولا يفارقني أبدا.. ونهر الغبطة العظيم يجري باستمرار تحت رمال وعيي ويتفجر ينابيعَ مباركة تروي حدائق حياتي.

لا تقلبات الحياة المفاجئة تقدر على تعكير صفو سلامي، ولا شبح الموت يمكن أن يسلبني تلك السعادة الروحية التي أحس بها.

كان من الصعب جعل تلك الحالة دائمة وغير قابلة للتغير، لكن ثمار الروح التي أتمتع بها الآن وأعمل على مقاسمتها الآخرين استحقت كل ذلك المجهود الذي بذلته من أجلها.

إنني أفكر وأعمل مدفوعاً بالروح الإلهي. لم يكن المال غايتي في الحياة بل خدمة إخوتي وأخواتي في الإنسانية. ولذلك

فقد فتح الله لي الكثير من أبواب الخير لإعالتي وإتمام رسالتي.. وفي أية لحظة أحتاج إلى مساعدة يحققها الله لي على الفور.

أمنيتي الوحيدة هي خدمتكم، ولهذا الغرض أنا هنا.

إن قوة الله تعمل في حياتكم أيضاً. ستلمسون بأنفسكم هذه الحقيقة عندما يتعزز إيمانكم وتدركون أن الغنى لا يأتي من النجاح المادي بل من العلي القدير.

كل لحظة تصرفها مع الله ستكون لمصلحتك العليا، وكل ما تنجزه محبة بمرضاة لله سيكتب لك في سجل الخلود.

اعتكفوا في خلوة أفكاركم العميقة واستمتعوا بالسلام المتدفق من ينبوع الصمت.

إن زرعنا أعمالاً طيبة نجني بهجة وبركة، وإن زرعنا أعمالاً بخلاف ذلك نحصد أنماطاً متعددة ودرجات مختلفة من الأزمات والمشاكل.

كل عمل طيب هو بمثابة مِعول به نحفر في تربة الوعي للكشف عن ينبوع الفرح الإلهي.

تعلّموا الغوص في بحر الاستبطان وسبر الغور، سواء فيما يتعلق بالكتب الجيدة، أو الاعتقاد، أو المشكلات، أو الفلسفة، أو الابتهاج الداخلي، مدركين أن الخلوة الاعتيادية [التأملية] هي ثمن السعادة الحقيقية.

مع أن الحياة تبدو متقلبة غريبة الأطوار وغامضة تكتنفها الشكوك وتعج بكل أنواع المشاكل والإضطرابات لا زلنا مع ذلك في حماية الله الدائمة. يجب أن لا نضخم الأمور وألا نفقد رباطة جأشنا في مواجهة الأحداث لأننا إن سمحنا للهلع بالإستيلاء علينا فإننا نمنح بذلك أهمية للشر ونعمّق جذوره التي تنمو وتترعرع في تربة الرهبة والقلق.

اسأل نفسك كل ليلة: كم من الوقت أمضيت مع الله، وكم تعمقت في التفكير، وكم أنجزت، وكم عملت من أجل الآخرين، وكم تحكمت بأهواء النفس؟

يجب ألا نتوقع الحصول على السعادة والسلام الدائمين من اختبارات الحياة، بل يتعين علينا التماسهما والعثور عليهما في داخلنا. عندها، مهما كانت التجارب التي نمر بها سنتعامل معها

بنفس الكيفية التي بها نشاهد اختبارات وتجارب شخص آخر في فيلم سينمائي، سواء كانت سارّة أو مؤلمة.

بإمكان الشخص تحويل كل تجاربه إلى اختبارات تعيسة مؤلمة إن هو سمح لفكره بذلك. فهو قد يمتلك الصحة الجيدة ومع ذلك لا يقدّر قيمتها. لكن إن أصابه مرض سيتواضع عندئذ ويقدّر نعمة العافية. يجب أن نعترف بفضل الله ونشكره على نعمه التي يسبغها علينا دون أن ننتظر الظروف المعاكسة كي تجعلنا شاكرين وبالجميل معترفين.

الحياة يجب أن تكون مزيجاً من التأمل والعمل. عندما يفقد الإنسان توازنه النفسي يصبح عرضة لهجمات الهموم وأبخرة الأحزان ووخزات الألم. وإذا ما حاول خرق قوانين الصحة والبحبوحة والحكمة فإنه سيعاني لا محالة من المرض والفقر والجهل.

يجب أن نحتفظ بسرائرنا نقية ودوافعنا نظيفة وأن نتصرف بكيفية تجلب لنا السلام النفسي، وألا نسمح لظروف الحياة بتعكير صفونا وتدمير سعادتنا.

القلوب المحزونة والخواطر المكسورة تجذبني إليها مهما كانت بعيدة.

وسّع حدود مملكة محبتك المتوهجة لتشمل تدريجياَ أسرتك، وجيرانك، ومجتمعك، وبلدك، وكل البلدان والمخلوقات الواعية.

كما ينبغي أن نقوّي الفكر وأن نرفض حمل عبء الضعف العقلي والخلقي الموروث من سنين وأجيال. هذه الشوائب ينبغي حرقها في نيران التصميم الجديد والعمل المفيد. وبهذا التوجّه البنّاء يتمكن الراغب الجاد من بلوغ آفاق التحرر والحرية.

اعمل على تفعيل القوة اللامتناهية الموجودة في داخلك كي تتمكن من أداء دورك المرموق على مسرح الحياة.

حالما يشرع الإنسان بعبادة الممتلكات والمال والشهرة وأي شيء آخر ما عدا الله تكون التعاسة من نصيبه. الذين يحصرون جل اهتمامهم في تلك الأمور هم بالحقيقة يعبدونها ولذلك لا يقتربون من الله بل يبتعدون عنه. أما الذين يتفكرون

في الله ويتأملون عليه ويناجونه في ضمائرهم فيقتربون منه ويشعرون بفرح باطني لتواصلهم الصامت معه.

الله وحده قادرٌ على تحقيق أحلام وآمال الإنسان في الحصول على سعادة دائمة. ولذلك يجب عدم السماح لأي شيء بأن يحتل مكان الله في القلب.

هناك رموز مقدسة قد تساعد المريد على تذكر الله والتقرب منه. ولكن إن راح الإنسان يعبد تلك الرموز فيصبح ضررها أكثر من نفعها. العبادة يجب عدم توجيهها إلا لله لأن لا شيء غيره يستحق العبادة.

مهما كانت طبيعة العبادات الطقسية فإنها مقبولة عند الرب ما دام المتعبد يؤديها بوعي روحي وشوق لله. لكن الكثير من الناس لا يدركون جوهر العبادة فيتحولون بأفكارهم وقلوبهم من الله إلى الطقوس فلا يستفيدون كثيراً من عبادتهم تلك.

المتعبدون الصادقون لا يسمحون لوعيهم بأن ينحصر في أية صورة أو شكل، لكنهم يركزون بأعمق محبة وانتباه تام على الروح الإلهي خلف كل الصور والأشكال.

الله مطلق لا نهائي ولا يمكن لأية صورة أو تمثال احتوائه.

يمكن القول أن الله يَظهرُ في كل من يحبَّه محبة خالصة ويتوافق معه لأنه حاضر في كل مكان ولذلك فهو حاضر في الجميع. لكن ليس لكل واحد القدرة على إظهار الحضور الإلهي. الشمس تسطع بنفس المقدار على قطعتي الفحم والألماس، لكن الألماسة تستقبل نور الشمس وتعكسه، بينما الفحمة لا تستطيع ذلك.

وبالمثل فإن كل الناس يعومون في نور الله ولكن قلة قليلة باستطاعتهم استقبال ذلك النور وإظهاره في أفكارهم وأعمالهم. ولكي يفعلوا ذلك يجب أن يطهروا أنفسهم بالتأمل وباتباع التعاليم والوصايا الإلهية.

عندما نتلفظ باسم الجلالة يجب أن نكون على دراية وجدانية وثيقة بما نقوله. لو استطعتَ أن تنفذ إلى أفكار الناس أثناء صلاتهم لوجدت أن معظمهم يفكرون بكل شيء آخر ما عدا الله، مع أنهم يتلفظون بإسمه! فصلاة من هذا النوع عقيمة وبلا قيمة.

عندما نصلي يجب أن نبذل قصارى جهدنا كي نحصر كل ذهننا في الله بدلا من ترديد إسمه المبارك وفي نفس الوقت نسمح لأفكارنا بأن تحوم حول أشياء أخرى. لقد كانت إحدى عماتي تردد صلواتها على السبحة وكانت السبحة نادراً ما تفارق يدها. لكنها اعترفت لي ذات يوم بأنها بالرغم من ممارسة عادة الصلاة تلك لأربعين سنة بطولها لم يستجب الله لصلواتها. لا عجب! فإن "صلواتها" لم تكن سوى عادة عصبية ليس إلا.

عندما نصلي يجب ألا نفكر بأي شيء آخر سوى الله. ويجب أن نعمل ما بوسعنا لأن نكون صادقين في عبادتنا مخلصين في دعائنا. لا بأس من استخدام السبحات والتلفظ الدائم بإسم الله عندما تكون الممارسة نابعة من القلب ومدعومة بالإخلاص وتركيز الذهن. ولكن هذه الممارسة قد تصبح آلية مع الأيام.

يجب أن نهمس إسم الله في قلوبنا على سبحة الشوق والحب الإلهي، وتلك هي العبادة الفعلية التي تلامس قلب الله. التلفظ باسم الله بشعور بارد وفكر شارد هو تجديف على المقدسات واستهتار بها. عندما يصلي المرء يجب أن يمتلئ قلبه وعقله بحب الله.

يا رب، أنت نجم القطب الرباني الذي به تستهدي أفكاري التائهة في بحر التجارب والمحن الهائج المتلاطم.

إن التدرّب على تركيز العقل بالرياضة اليوغية العليا يساعد على التقرب من الله المصدر الأسمى ذي البهاء والسناء مثلما يساعد على التفكير بالله والتواصل معه.

الحاجة تمس إلى تخصيص يوم من أيام الأسبوع للخلوة الروحية (إن أمكن) قصد التفكير بالله والاستمتاع بالسكينة حيث السلام والراحة النفسية. إن وقتاً تصرفه على هذا النحو سيكون بلسماً شافياً للمتاعب والمضايقات التي تمر بها خلال باقي أيام الأسبوع.

كل واحد يحتاج إلى قضاء يوم واحد من كل أسبوع في الخلوة أو "المستشفى الروحي" كي يبرأ من جروحه وآلامه النفسية. عندما يصبح ذلك اليوم يومَ سلام وفرح ورضاء ستنتظره بشوق من أسبوع لآخر.

الخلوة هي ثمن العظمة. وستندهش للنتائج الرائعة التي ستحصل لعقلك وجسمك ونفسك بفضل تلك الخلوة الروحية والتواصل مع روحك ومع الله. إن كنت تصبو للسعادة الحقيقية فيجب أن تغمر نفسك في بحر السلام الإلهي في الصباح الباكر عند الإستيقاظ، وأيضاً قبل النوم ليلا.

إن حكماء الهند ينصحون ليس بيوم واحد للخلوة وحسب، بل يؤكدون الحاجة للتأمل الهادئ خلال أربع فترات محددة في اليوم. عند الفجر، وقبل النهوض ورؤية أي إنسان، يجب الاستمتاع بالهدوء والإحساس بالسلام. وعند الظهيرة يجب تهدئة الفكر قبل تناول طعام الغداء، وكذلك الاستمتاع بقسط آخر من السلام قبل تناول وجبة العشاء، وقبل الذهاب للفراش ليلا يجب الدخول في حالة السلام ثانية.

الذين يراعون الصمت بدقة أثناء الخلوة وخلال هذه الفترات اليومية الأربع لا بد وأن يشعروا بتناغم مع الله. ومن لا يستطيع مراعاة كل هذه الفترات فيجب أن يكرّس فترتيّ الصباح والليل على الأقل. وبفعل ذلك ستتبدل حياته نحو الأفضل وسيشعر بالسعادة، والتجربة خير برهان.

إن بقيتَ تكتب شيكات وتوقع عليها دون إيداع ما يكفي من رصيد لتغطية حسابك المصرفي فسينفد ما لديك من مال. وهذا ينطبق أيضاً على حياتك. فبدون الودائع المنتظمة من السلام في حساب حياتك ستـُصرف قدرتك وتنفد سكينتك وتتبخر سعادتك. وباختصار ستعاني في النهاية من الإفلاس العاطفي والعقلي والجسدي والروحي. لكن التأمل اليومي العميق على الله سيعوّض النقص في حسابك النفسي.

المريد الراغب يتأمل كل يوم ويناجي الله بكل ما في قلبه من حب وحنين متودداً إليه كي يظهر ذاته له. إن كنت من عشاق الله وتتشوق لملامسة حضوره فيجب أن تغمر عقلك وجسمك بسلامه وستبتسم لك الحياة وتتحسن أمورك من نواح عديدة.

الشخص الهادئ نادراً ما يرتكب خطأ، وينجح حيث يفشل الآلاف غيره.

الذين لا يفكرون بالله ولا يهتمون به يصابون بالكآبة والنكد. يصبحون عصبيين ويتحولون إلى آلات متحركة.

ستشرق شمس الحكمة والسلام في سماء السكون وستغمر كيانك بأشعتها الشافية ما دمت تبذل مجهوداً روحياً وتمنح المقام الأول لله في قلبك.

إن قمراً واحداً ينشر نوراً أكثر من كل النجوم. والشمس [التي تبدو] صغيرة تطرد الظلام من مجال أكبر منها بملايين المرات. وبالمثل، فإن إنساناً طيباً.. لمجرد وجوده في العالم يُطْلق ذبذبات تتصدى لِكَمٍ كبير من الاهتزازات الصادرة عن الأشخاص الشريرين وتُبطِل مفعولها.

يوم التأمل يجب أن يكون أيضاً يوم راحة نفسية وجسدية وتنمية السلام المقدس. وكل نشاط يثمر حكمة وسلاماً هو نشاط مبارك في ذلك اليوم.

أما بخصوص إكرام الوالدين فالكتب السماوية أوصت بهما خيراً: "أكرم أباك وأمك" "وبالوالدين إحسانا".

الأب والأم البشريان ينبغي تكريمهما كممثلين لله الذي زودهما بموهبته لخلق الإنسان. الأم هي محبة الله النقية المجسّدة لأن الأم المُحبة تصفح حيث لا يسامح أحد. والأب هو مظهر الحكمة لله والحماية لعياله.

يجب أن لا يحب الإنسان أباه وأمه بمعزل عن الله، بل كمظهر لحبه ذي الحماية والحكمة. إن الروح الإلهي الفائق يصبح الأب والأم كي يساعد الطفل، لذلك يجب إكرامه في الوالدين.

كما توصينا الكتب المقدسة بعدم القتل رغبة في القتل، لأن المرء يصبح عندئذ قاتلاً. يجب أن لا يسلب الإنسان حياة إنسان آخر في لحظة انفعال عاطفي عنيف. ولكن إن تعرّض أحباؤه للخطر فيجب أن يقاتل من أجل حماية الذين منحهم الله له، إذ للإنسان واجب مقدس للدفاع عن أسرته وبلاده.

وبخصوص التحذير من الزنا، فالغرض المثالي من الإتحاد الجنسي يجب أن يكون إنجاب أطفال مخلوقين على صورة الله، والإعراب عن الحب النقي الذي يشعر به شريكا الزواج اللذان يبصران الله في أحدهما الآخر. أما الذين يعيشون على المستوى الجسدي وحسب، دون أي اعتبار للحب الحقيقي أو الهدف السامي الذي من أجله خلق الشعور الجنسي فيرتكبون الزنا

بحسب هذه الوصية. ففي هذه الحال لا يفترق الإنسان عن الحيوان الذي يقضي شهوته الجنسية ويمضي في حال سبيله.

لقد خلق الله هذا الدافع الخلاق في الرجل والمرأة للإنسال والتعبير عن الحب الحقيقي المتبادل في الحياة الزوجية ولا ينبغي إساءة استعماله بخلاف ذلك بل تحويله إلى نشاط ومعرفة مقدسة.

إن استطعت التحكم بالقوة الجنسية وتوزيعها في كيانك ستتمكن من تنمية قدرات عقلية عظيمة للكتابة والرسم أو للإفصاح عن مواهب كامنة في طرق أخرى لا تحصى.

وإذ تتمكن في نهاية المطاف من ضبط النشاط الخلاق وتحويله روحياً ستشعر بسلام عظيم وحب كبير وغبطة روحية متزايدة.

فالقديسون والأقطاب الروحيون الذين حولوا نشاطهم الجنسي تحويلا روحيا هم جبابرة قادرون على القيام بإنجازات مدهشة ومذهلة في العالم وفي البحث الباطني عن الحق.

وهكذا فإن أسمى استخدام للدافع الجنسي هو تصعيد قوّته أي تحويل طاقته إلى هدف أسمى من أجل إظهار الحكمة والأفكار السامية والمثل الروحية. يجب أن لا يتلذذ الإنسان بالأفكار الجنسية أو يشتهي جنسياً ما هو محرّم عليه. وعندما يحرز هذا النوع من ضبط النفس سينظر نظرة سليمة إلى الجماع وغرضه السامي.

إن الإستعباد للأمور الجنسية يعني فقدان الصحة وضبط النفس والسلام الفكري، وباختصار كل مقومات السعادة التي يحتاج لها الإنسان.

كما تهيب بنا الكتب المقدسة بألا نسرق. فلو كانت هناك جماعة مؤلفة من ألف شخص وكل واحد راح يسرق من الآخر لكان لكل واحد 999 عدواً. لهذا يجب ألا يتعدى الشخص على حقوق غيره وأن لا ينتزع منهم أرضهم أو سلامهم أو محبتهم أو كرامتهم أو أياً من ممتلكاتهم المادية والمعنوية. إن لم تشعر بالرغبة في أخذ ما ليس لك فالذي تحتاجه أو ترغب فيه سيأتيك. السرقة تتولد أولاً في الفكر عندما يبدأ الشخص بحسد الآخرين. يجب نزع بذور المشتهيات الخبيثة من الفكر. الإيثار

الروحي هو الطريق.. عندها سيجتذب الشخص البحبوحة تلقائياً وتتوارد عليه الخيرات من حيث يدري ولا يدري. إنه قانون إلهي لا يخطئ. أما السارقون والأنانيون فيلهثون طوال عمرهم وراء المادة وعيونهم دوماً على ما بحوزة الآخرين، حتى ولو كانت خزائنهم ملأى بالذهب.

وما لم يتم التخلي عن الأنانية المادية لا يمكن أن يعرف العالم السعادة.

تأتي السعادة فقط بالتعاون الروحي. عندما يحس الشخص باحتياجات الغير كما لو كانت احتياجاته الخاصة ويعمل من أجل الآخرين كما يعمل من أجل نفسه.

وهناك وصية أخرى هامة وهي عدم الشهادة بالزور. فإلحاق الضرر بأي إنسان من قبيل تشويه الحقيقة هو أسلوب آخر لتمزيق السعادة الإجتماعية. إن كان الإنسان يرغب في أن يُعامَل معاملة حسنة فينبغي أن يعامِل الآخرين بنفس الكيفية. يجب قول الحق دائماً إنما يجب التمييز بين قول الحقيقة وإدراج الوقائع. فالإشارة إلى شخص ما بأنه أعرج أو أعمى هي إشارة مؤلمة ولا خير فيها، إذ ينبغي مراعاة مشاعر الآخرين ومحاولة عدم إحراجهم. كما أن الإخبار بحقيقة من شأنها خيانة شخص آخر دونما غاية شريفة هو خطأ أيضاً. من ناحية أخرى يجب ألا يكذب الشخص تجنباً لقول الصدق، بل بإمكانه أن يلتزم الصمت حيال بعض المواقف لئلا يحرج الآخرين أو يلحق الأذى بهم.

ويجب أن يحترس الشخص من الحسد الذي هو مرض أكال ينهش سلام الروح نهشاً. كلما اشتهى المرء ما للآخرين كلما زادت تعاسته وتضاعف شقاؤه. الحاسد يمضي حياته منغصاً لا يعرف لراحة البال طعماً. الأحرى به أن يحترم نفسه ويعتمد عليها وأن يطلب الثراء الروحي داخل نفسه.

كرامة المرء وقيمته الذاتية هما أعظم بكثير من أي شيء يتوق إليه ويرغب في الحصول عليه. إن الله ظاهر في كل إنسان بكيفية غير ظاهرة في أي كائن بشري آخر. فوجهه ليس كوجه أي إنسان آخر، ونفسه ليست كنفس أي إنسان آخر.. لأنه داخل نفسه يكمن أعظم كنوز الكون على الإطلاق.. وذلك الكنز الأعظم هو الله.

نريد أن تشع حياتنا وتزدهر بالأعمال الطيبة، وأن تكون معطّرة بالبهجة والهناء، وأن نحيا دوماً في ذاكرة الذين يقدروننا.

عندما يمتلك الإنسان الإيمان الصحيح ويعمل بموجبه يكون أكثر سعادة من أولئك الذين يعوزهم الإيمان ولا يقومون بأداء الواجبات المترتبة عليهم في معركة الحياة.

فالإيمان السليم والعمل الصحيح (المدعوم بالدوافع النبيلة والنوايا الطيبة) موجودان دائماً وأبداً حيثما وجدت السعادة ومفقودان بفقدانها. من هنا يمكننا الإستنتاج أنهما شرطان أساسيان للسعادة التي لا يمكن تحصيلها بدونهما. فليس على الراغبين في امتلاك السعادة إلا امتلاك هذين العنصرين الأساسيين اللذين هما ركنا السعادة ودعامتاها.

لا يستطيع الإنسان أن يتحكم – على هواه – بمكونات الكون اللامتناهية، أو تعديلها أو محوها.. فتلك المكونات ترتبط خيوطها الدقيقة ارتباطاً وثيقاً بنسيج حياته ولا يمكن له العمل بمعزل عنها. لكن باستطاعته أن يتحكم بعقله بحيث يتأقلم معها فلا تلحق به الأذى.

أسلافنا كانوا أكثر سعادة منا ليس لأنهم امتلكوا من الأشياء والمتع الدنيوية أكثر مما نمتلكه الآن، أو لأنهم كانوا أقل عرضة لمشاكل الحياة، بل لأنهم امتلكوا التوازن النفسي الذي منحهم الراحة والسلام والقناعة وباختصار.. السعادة.

لم يعتمدوا على ظروف خارجية لإسعادهم، ولم يستسلموا لظروف خارجية من شأنها أن تفقدهم سعادتهم. فشعورهم بالراحة والسلام والسعادة والرضى كان شعوراً اعتيادياً، طبيعياً، صحياً ومستداماً. ونحن أيضاً ينبغي أن ننمي ذلك الشعور فيما إذا رغبنا بامتلاك السعادة. ومن منا لا يرغب بامتلاكها؟

القدَر هو نتيجة ممارسة سابقة للإرادة الحرة أو حرية الإختيار. فبممارساتنا الماضية لحرية الإرادة جلبنا ونجلب على أنفسنا القضاء والقدر. لكننا لسنا مكبلين بالماضي ولسنا مقيدين بنتائج أعمالنا إلى الأبد، إذ بإمكاننا أن نقتلع ما زرعناه ونمحو ما

كتبناه إن نحن رغبنا بذلك وعملنا جاهدين على تصحيح المسار وتحسين نوعية الثمار.

فإن قضينا على بذور الأفعال ذات النتائج المؤلمة وغرسنا بدلاً منها بذورا أكثر ملاءمة لطبيعة النفس فلا بد أن نجني ثمار السعادة من تلك البذور الصالحة المستنبتة في تربة النفس. لا بد لنا من ممارسة الإرادة الحرة الآن، الآن وليس غدا، إن نحن رغبنا بتحصيل مقدار أكبر من السعادة أو بتقليل المعاناة والألم.

وعليه فإن شروط السعادة كامنة في ذات الإنسان وما عليه إلا أن يتعامل بجدية مع تلك المعادلة التي لا تخطئ وستكون النتائج لصالحه إن هو أحسن التقدير والتعامل.

يا رب، ليتشبع كياني بحيويتك، وقلبي بحضورك المؤنس العطوف، وعقلي بحكمتك، ولتمتلئ روحي بوعيك الإلهي.

في تربة قلوبكم تنمو بذور المحبة. اسقوا تلك البذور بمياه الحب الشامل والتعاطف العالمي.

إن قدرة العقل غير محدودة... وبناء عليه، إن فكرت بعمقٍ كافٍ في أي موضوع سيأتيك الجواب على أي سؤال يتعلق بذلك الموضوع.

إن كرّس الشخص كل أعماله ونشاطاته لخدمة الآخرين وأنجزها بنفسية رضية فإنها بالفعل تستحق الإعتبار ويستحق عليها الشكر.

يجب ألا نكون وحيدي الجانب.. بل ينبغي موازنة فعالياتنا وإعطاء أعمالنا وواجباتنا الأولوية، بحسب أهمية كل منها..

الواجب هو ذلك العمل الذي يقوم به الإنسان بفرح وليس بدافع الكسب المادي، والواجب الروحي والخلقي يجب أن يأتيا في المقام الأول في الحياة.

لدى كل إنسان قدرات كامنة لم يستثمرها بعد. ولديه كل القوى التي يحتاج إليها. العقل بحد ذاته هو قوة عظمى.. ويجب تحريره من العادات والمفاهيم المقيدة البالية.

إن تأثير الكواكب والنجوم على حياة البشر ناجم عن القوى المتداخلة من جذب ودفع بين الكواكب وأجسام البشر.

الأفكار الشريرة تقود صاحبها إلى بيئة شريرة كي يعبّر عن ذاته حسبما يشتهي ويريد. لكن الإنسان يمكنه تغيير فكره ووعيه

بقوة الإرادة، ويمكنه بالتالي تغيير بيئته. أما إن بقي الشخص في بيئة شريرة لفترة طويلة فإن تلك البيئة تبدأ بالتأثير عليه بصورة لاشعورية. ومع مرور الأيام يخسر بالمرة حريته في اختيار بيئة سليمة وصحية ويصبح رهن المؤثرات السلبية للبيئة السيئة. أما صاحب الإرادة القوية فيتوافق مع الله.

طاقة العقل المركزة

عندما تقوم بتركيز أشعة الشمس من خلال عدسة مكبّرة على نقطة صغيرة فإنها تنتج حرارة وتلك الحرارة يمكنها إشعال الخشب والقماش والورق وغير ذلك. وبالمثل، عندما تركز العقل تركيزاً دقيقاً يمكن لطاقته المركزة أن تحرق جذور الشك علة كل فشل وتجعل نور الحكمة يسطع بوهج وتألق.

عندما يتناغم الفكر مع الله منبع كل الخيرات ومصدر كل القوى المباركة يصبح على دراية بالحضور الإلهي ويمتلك كل مقومات النجاح. تلك المقومات هي وثيقة الصلة بقوة الله الجبارة القادرة على خلق أسباب جديدة للنجاح في أي مضمار.

المتاعب والمضايقات تحدث بسبب عدم دراية الإنسان بأعماله الماضية التي قام بها في مكان ما وفي زمن ما. فمعاناته الحالية ناجمة عن أفكار وأفعال صدرت عنه فتجسّدت بذوراً تغلغلت في تربة الوعي فأنبتت نبتاً وأخرجت ثمراً له نفس مواصفات الأفكار التي أطلقها والأفعال التي قام بها.

المحن والبلايا لا تأتي لتحطم الإنسان وتشلّ إرادته، بل لتجعله يقدّر الله حق قدره ويحترم قوانينه التي من خلالها يمكنه الحصول على السعادة الحقيقية. الله لا يرسل تلك التجارب القاسية لأنها من صنع الإنسان في المقام الأول. وما على الإنسان إلا إيقاظ وعيه من سبات الغفلة وابتعاثه من ظلمة الجهل إلى نور المعرفة.

في معظم الأحيان تعدنا الحواس بقليل من المسرات الوقتية الزائلة لكنها تمنحنا في النهاية آلاماً ومعاناة طويلة. أما الفضيلة والسعادة الحقة فلا تعِداننا بالكثير، لكن في

النهاية تمنحاننا فرحاً نقياً ودائماً. لهذا السبب أعتبر السعادة الباطنية الدائمة فرحاً والملذات الحسية المؤقتة متعاً.

عندما تنظر للشمس على بعد ملايين الأميال في الفضاء، فإن ذلك النجم الهائل يبدو أصغر بكثير من أرضنا

ومع ذلك فإن قطر الأرض هو 7900 ميلا على وجه التقريب، وقطر الشمس يفوق قطر الأرض بمائة مرة أو أكثر. فلو تمكنت من وضع كوكبنا الأرضي بمحاذاة الشمس لظهرت الأرض كنقطة صغيرة مقارنة بالشمس

ولنفرض أن المجال الشمسي الجبار آخذ في التمدد والاتساع حتى تبتلع كتلته العملاقة السماء الزرقاء برمتها، فالسماء التي نراها هي ليست سوى جزء صغير بل ذرة دقيقة من الفضاء الذي يتخلل الكون اللا متناهي

ولو واصلتْ الشمس اتساعها وتمددها في الفضاء إلى ما لا انتهاء، لما تمكنت مع ذلك من الإحاطة باللانهاية

إن الوهم الكوني للصغر والتناهي يحد ويصد العقل عن إدراك ذلك الاتساع الكوني

ومن أين أتى هذا الفراغ المطلق، وأين هي حدوده؟

إن الذي لا يخضع للأبعاد والمقاييس ولا حد له ولا منشأ هو الله الكلي الحضور والموجود في أقصى أقاصي الفضاء. إنه في النجوم البعيدة النائية مثلما هو موجود في داخلك وداخلي، وهو على دراية واعية بكل حيّز يشغله، مهما كان صغيرا أو كبيرا

الماضي مجهول لمعظم البشر باستثناء قلة قليلة من المستنيرين. ومع ذلك فإن جهلنا بالماضي هو أيضاً لصالحنا. فلو عرفنا كل ما فعلناه في هذه الحياة وفي حيوات سابقة لهذا التجسد لصُعقنا للتراكمات الهائلة ولأصبنا بالذهول ، بل ولربما أصيبت إرادتنا بالشلل التام من هول المفاجأة فنعجز عن مواصلة السعي ونقع فريسة الإحباط. وحتى في هذه الحياة

الدنيا فإن النسيان نعمة من نعم الله، فلا تطغى على فكرنا وشعورنا تذكارات الماضي، لا سيما المُرة والأليمة منها لكن لحسن الحظ فإن الشرارة الإلهية بنا دائمة التألق بالأمل وبالرغبة في مواصلة مسيرة الحياة التي لا تتوقف. ويجب أن نشكر الله على هاتين النعمتين: نسيان الماضي والأمل بالمستقبل.

يجب ألا نستنتج أن القدر يضع عوائقَ أمام حرية الإرادة، ومع ذلك علينا أن نبذل قصارى جهدنا لمقاومة المؤثرات السلبية التي يعزوها معظم الناس إلى القضاء والقدر، وممارسة حرية الإختيار بحسب قناعاتنا الباطنية شرط أن تكون تلك القناعات قائمة على الإيمان الصحيح ومرتكزة على القوانين الإلهية التي لا يمكن للإنسان أن يتذوق طعم السعادة الحقيقة دون مراعاتها والعمل بموجبها

عندما نشرع في عمل ما ينبغي ألّا نرهب الظروف المعاكسة، بل يجب أن نكون متفائلين إلى أقصى حدود التفاؤل، مع إيمان مطلق بأن لا شيء يمكن أن يقف عائقاً في سبيل تمرين الإرادة وممارسة حرية الإختيار.

غالباً ما يشبه الإنسان ورقة شجر طافية على صفحة النهر، وعليه أن ينتشل نفسه من تيار العادات الآلية المنطلق به نحو شلالات الوهم والتدمير. معظم الناس يبدو أنهم لا يكترثون بل يسمحون لأنفسهم بالانجراف مع التيار.

إن لم ننجح في تحقيق مبتغانا فلا بأس من الإعتراف الضمني أن هناك أموراً معاكسة من صنع أيدينا حالت دون بلوغ الهدف، ولا بد من المثابرة ومضاعفة المجهود لبلوغ الغاية المنشودة. كما يجب أن نؤكد لأنفسنا أنه مهما كانت العوائق والعقبات قوية وعاتية لا زلنا نملك ما يكفي من القوة لإزاحة تلك

العوائق والتغلب على تلك العقبات. وحتى إن أخفقنا بالرغم من كل المحاولات، فلا داعي للقنوط والإحباط ما دمنا ندرك أن إرادة الإنسان أقوى من قدره الذي هو من صنع يديه، ولذلك يجب أن لا يكف عن المحاولة مهما فشل في مسعاه لأن هناك أبواباً مفتوحة دائماً وأبدا وما علينا إلا أن نواصل السعي ونكرر المحاولة حتى يكتب لنا النجاح. فالله يمدنا بالعون ما دمنا نتوكل عليه ونبذل المجهود اللازم. [فمن سار على الدرب وصل، وما خاب من على الله اتكل].

عندما يرغب الشخص بشيء ما وتكون رغبته لذلك الشيء قوية وملحّة فإن تلك الرغبة لا تفارق وعيه أينما ذهب وحيثما توجه مهما كانت شواغله ومشاغله. وبعملها الدائم والحثيث، تمتلك تلك الرغبة عزماً وطاقة هائلين، وهذا الهمس الفكري هو أقوى وأكثر فعالية من الابتهال الآلي الذي لا يتعدى تحريك الشفتين. وهكذا يفعل محبو الله.. فهم يهمسون حبهم لله دون انقطاع وتظل همساتهم قلبية غير مسموعة خلال كل نشاطاتهم اليومية. هذا الهمس الوجداني لا يشغلهم ولا يتعارض مع واجباتهم الأخرى. وإذ تتعاظم رغبتهم في الله يقوى حبهم له ويزداد عمقاً فيلامسون حضوره ويبصرون بعين الروح نوره فيتذوقون غبطة عارمة ويشعرون بسلام يفوق حد الوصف.

إن الله يرسل لنا الدروس التي نحتاجها في الحياة كي نستفيد منها ونكتسب فهماً وخبرة ومن يتهرب من تلك الدروس سيضطر لأن يتعلمها مهما طال الزمن.

كل اختبار هو صديق إن تعلمنا منه وهو طاغية مستبد إن فرطنا في الفرصة المتاحة وأسأنا استخدامها بالتذمر والإستياء وسوء التقدير.

عندما نمتلك الفهم السليم والموقف الصحيح تجاه الحياة فإنها تصبح جميلة وخالية من التعقيد.

-

حالات نفسية

لا يستطيع الشخص أن يظل طوال الوقت محمولاً على موج البهجة أو مغموراً تحت مياه الحزن المضطربة أو غارقاً في لجج الضجر. ففي هذا العالم الذي يتميز بالثنائيات المتصارعة، يخضع الشخص العادي للتقلبات صعوداً وهبوطاً.. يرتفع على موج الفرح ويغوص إلى أغوار اللامبالاة وتشقلبه أمواج عاتية من الحزن.. ونادراً ما يعرف حالة أخرى من حالات الوعي.

السماح للظروف بأن تتقاذف الفكر على هذا النحو يعني استسلام الإرادة لقدَر نزوي متقلب الأطوار. ما يحتاجه الإنسان كي يحيا حياة ناجحة ومُرضية هو امتلاك الإتزان العقلي وهذا يمكن تحقيقه فقط بتركيز الذهن والسيطرة على الملكات النفسية.

حتى أشد الأحزان يشفيها الزمن، فلا فائدة من استحضار الحزن في كل يوم من أيام حياتنا. إن الحزن المستدام على عزيز مفارق لا يساعده ولا يساعدنا ولا يغير من الواقع شيئاً. كما أن تنمية عقدة النقص أو معاقبة الذات على أخطاء أو إخفاقات ماضية لا يجدي نفعاً بل يجعل الحياة تعيسة بائسة ويشل القدرات العقلية.

يجب أن لا نسمح لأنفسنا بالسقوط في حفر الروتين الممل لأن تلك حالة نفسية أبعد ما تكون عن الراحة كونها تقلق الفكر وتحرق القدرات الكامنة في أتون اللامبالاة.

يجب اجتثاث الفشل من الجذور وحرث حقول الحياة بهمة وعزيمة وزرعها ببذور الخير من أجل جني محصول وفير بعون الله.

اعمل شيئاً لم يعمله أحد قبلك.. شيئاً يبهر العالم. أظهِر أن قوة الله الخلاقة تعمل من خلالك.

ذوو الطباع الهادئة والطبائع النبيلة يساعدون على جعل أفكارنا مغناطيسية وصحية. ليس صعباً تحديد ما إذا كان الشخص يستمد غذاءه الفكري من بيئة مسالمة أو مشاكسة. فالقلق النفسي والإضطراب والتشويش.. كلها تنجم عن مخالطة النوع المغلوط من الناس، سواء من أصدقاء أو أقرباء، مما يتسبب في أفكار قلقة ومزاج معكر.

الجسم يستمد الطاقة والنشاط من الأغذية المادية، في حين تقوم الأغذية المغناطيسية بإمداد الجسم والعقل معاً بشحنات من الطاقة أسهل هضماً من الأطعمة الجامدة والسائلة التي لا يمكن تحويلها بسهولة إلى طاقة حية.

عندما تتمكن من تحويل الجهل إلى حكمة والضعف والوهن إلى صحة وحيوية.. والسير بثقة وجرأة – ولو بمفردك - على دروب الحياة.. والإبتهاج الباطني لامتلاكك ضميراً حياً ويقظاً.. والإيمان القاطع بعدل الله وبانتصار الحق على الباطل والحقيقة على الوهم .. وعندما تحاول كل يوم إطلاق أفكارك نحو

مستويات أرق وأرقى.. وتمتلك قلباً محباً وشكوراً ونوايا طيبة نحو الآخر.. يكون غذاؤك الفكري مغناطيسياً وستجذب إليك عندئذٍ كل ما هو جميل ونافع من أشياء وأشخاص وظروف تمس لها الحاجة في مواصلة المسيرة نحو شواطئ الأمن وبر الأمان. وليس آخراً عندما تبذل المجهود لتحصيل ما تحتاجه وتقنع بما ييسره الله لك تكون أغنى نفساً وأكثر رضاءً من المتهالكين على الدنيا.. الطامعين في حطامها.

التعاطف الغيري هو الجسر الذي يربط كل نفس بالنفوس الأخرى. التعاطف هو المدخل إلى كل القلوب

عندما يطلب الإنسانُ الله الذي هو الصديق الأوحد خلف كل الأصدقاء يصبح بالإمكان ترسيخ الصداقة الصادقة في كافة العلاقات البشرية العائلية والأخوية والزوجية والروحية. الصداقة عنصر حيوي في العلاقات الزوجية ويجب أن تكون الأولوية للتقارب الفكري والوجداني والإحساس بالجاذبية المعنوية والحب الحقيقي والصداقة. الذين لا يميزون ما بين الحب الحقيقي والجاذبية الحسية يخيب أملهم المرة تلو الأخرى.

عندما يؤسَّس الزواج على مُثل راقية واحترام متبادل يصبح اتحاداً سعيداً وموفقاً بين روحين متحابين ومتعاونين على تخفيف أعباء الحياة عن بعضهما وتبديد هموم العيش بالتعاطف والفهم الودي المشترك.

لا يمكن لأحد أن يسيّرني أو يسلبني إرادتي ما لم أسمح لأفكار الآخرين وأفعالهم بالتأثير عليّ.

إن حصرت تفكيرك في المادة سترى كل شيء من منظور مادي. ولكن حالما ترفع وعيك إلى حالة الإدراك الروحي ستبصر التيار المحيطي لنور الله متدفقاً خلف كل المادة، وسترى كل شيء من منظور الروح.

يا رب، إنني أدرك أن أمامي فرصة لا متناهية لاستكشاف قدراتي ومعرفة إمكاناتي الروحية. اليوم سأشحن أفكاري بجرعة من التفاؤل وسأفصُل ذاتي عن الإختبارات غير المستحبة.. وسأمارس ما من شأنه أن ينمي الجسم والعقل والروح على نحو متوازن ومتسق.

سأستبدل التعلقات المادية بالطموحات العليا
وسأدرك أن الروح الأمين معي على الدوام

إن رقصة الحياة والموت متواصلة على الدوام، لكنني سأحرر نفسي للأبد بإنقاذ هويتي الروحية.. وعندما تواجهني عواصف التجارب والمحن سأنطلق بقارب روحي عبر بحر الحياة إلى الشواطئ الإلهية الآمنة.

عندما أعمل وأبدع سأتذكر أن الله يعمل من خلالي. إنه سيد الكون ويمكنني التواصل معه بالتأمل العميق عليه.

يا إلهي الحبيب، إنني أدرك أن أفكاري ستجلب لي إما الفشل أو النجاح، اعتماداً على أيهما الفكرة الأقوى في حياتي. وسأحاول أن أتذكر بأنك تمد لي يد العون وتهيئ لي أسباب النجاح.

عندما تحل المصائب والبلايا سأستنهض همتي وأقوّي تصميمي للتغلب عليها. سأنتهج الإخلاص والصدق في معاملتي وتعاملي مع الجميع وسأطلق أفكار المحبة والأماني الطيبة.. عندئذ سيؤيدني الله بقوته وحكمته.

أمراض روحية وعلاجها
المعلم برمهنسا يوغانندا

حاولْ أن تتصور مجموعة من الأشكال البشرية عديمة التناسب والإنسجام:

واحد له رأس صغير بحجم حبة الحمّص وجسم كبير بحجم الجَمل!

آخر له يد جبارة كيد شمشون أو هرقل وجسم كجسم النغاشي أي القزم!

وثالث له رأس فيل ضخم وجسم فأر هزيل!

أفلا يكون ذلك المشهد بالنسبة لك مثيراً للدهشة والإستغراب أو للحزن والأسف فيما لو رأيت فجأة حشداً من تلك المخلوقات ذات التكوين الغريب المتنافر؟!

والآن تصور مجموعة أخرى من أناس طبيعيين من حيث الشكل والمظهر لكنهم مختلّو التوازن العقلي ومشوهون نفسياً.

ومثلما تحجب الثيابُ الجروحَ والقروحَ وتشوهات بدنية أخرى، هكذا يحجب الجسم القوي المعافى والوجه الصبوح الجميل الكثيرَ من الأمراض النفسية والعيوب الخلقية الخطيرة.

لو قابلتَ حشداً كبيراً من البشر العاديين ممن يتميزون بالمظهر الأنيق والصحة الجيدة.. ولو استطعت النفاذ ببصرك الروحي إلى أجسامهم العقلية فستكون المفاجأة مذهلة وقد يعتريك حزن عميق لما ستكتشفه.

ربما ستلاحظ أجسامهم العقلية على النحو التالي:

العقل بصورة الرأس، الشعور والحواس بصورة جذع الجسم، والإرادة بصورة اليدين والقدمين.. وكلها شاذة وسقيمة ومشوهة.

ستجد أن البعض لديهم رأس دقيق الحجم فيه حكمة منقوصة النمو ومثبت على جسم مترهل ومنتفخ بالطموحات الأنانية والمشتهيات الحسية.

وستجد أيضاً أن للبعض جسماً لا شعور فيه ولا حيوية مع أن له ذراعٍ مقدرةٍ عملية فائقة النمو.

آخرون قد يمتلكون دماغاً كبيراً خلاقاً، لكن جذع التعاطف والإحساس فيهم منكمش و(مقرقد) أي جاف. وهناك أيضاً صنفٌ آخر يمتلك تكويناً طبيعياً من حيث الجسد والرأس لكن أرجل الإرادة وضبط النفس لديهم هي إما واهنة أو مشلولة..

وقائمة الملاحظات تطول.. طال عمركم!

إن مثل هذه التشوهات السيكولوجية التي لا تعد ولا تحصى في الأجسام العقلية الناقصة النمو في بعض الجوانب، والمفرطة النمو في جوانب أخرى هي بالفعل موجودة – بالرغم من كونها متوارية – في الإنسان.. تسبب له آلاماً نفسية وتحول دون إظهاره لمواهبه وقدراته كما ينبغي إظهارها.

التطرق إلى بعض الأمراض السيكولوجية هنا قد يساعد على تحديد العلل الأساسية لكل المشكلات البشرية بحيث تصبح على الأقل معروفة لكل الذين يعانون منها ولو لاشعورياً، ليتسنى لهم الوقوف على طبيعة تلك العيوب وأعراضها وتغلغلها الصامت في النفس، لعلهم بذلك يتمكنون من صد زحفها الماحق للسلام، المدمر للسعادة.

السوداوية الروحية

هذا المرض متفشٍّ بين الخاملين فكرياً وجسدياً بحجة انهماكهم الكبير في الروحيات. هؤلاء المتألمون يهملون الواجبات الكبيرة والصغيرة للحياة المادية تحت شعار خدمة الله، وبذلك يفسحون المجال للشيطان كي يستحوذ عليهم ويوقع بهم أضراراً جسيمة. إنهم يعانون من التشاؤم وعدم التقدير لأي شيء نافع وجميل من حولهم. هذا مرض مُعدٍ، وعلى كل الطامحين الروحيين أن يتحرزوا له ويتحرروا منه بالمحافظة دوماً على دماء نشاطهم ساخنة وجيدة المناعة بالتفكير الإيجابي والنظرة المتفائلة والعمل الصحي المثمر.

عسر الهضم الروحي

هذا يحصل جراء (اللهط) العشوائي أي الإزدراد السريع لكميات كبيرة من الأدوية العقلية الجاهزة المسجلة تحت أسماء

برّاقة، والمعروضة على شكل كتب روحية مزيفة ودروس "لأطباء روحيين" متمرسين في فن الدجل والشعوذة.

هذا المرض لا يقتل وحسب الجوع الروحي لمعرفة الحقيقة بل يقضي أيضاً على ملـَكة التمييز بين الصالح والطالح والنافع والضار.

إن الذي يلتهم أفكاراً ثيولوجية لاهوتية باستمرار ويلقم كل ما يقع تحت يديه لن يفرط في الأكل وحسب بل سيستهلك أيضاً أفكاراً مسمومة مع الأفكار النافعة مما يجلب لنفسه عسر الهضم الفكري وبالتالي الموت الروحي البطيء.

إن الإكثار من الدراسة الطويلة والمتواصلة لشتى الأفكار الروحية والفلسفية، دون تمييز أو دون مجهود لهضمها وتمحيصها بالتجربة الشخصية بغية التأكد من صحتها، يولـّد أخيراً في النفس الشكَّ واللامبالاة وعدم الثقة بكل المبادئ والقوانين الروحية.

الهوى والهوس

المصابون بهذا المرض يحيون حياة ضائعة فاقدة المعنى بسبب امتلاكهم للكثير من المال والوقت ولفقدانهم الهدف والفهم الصحيح للحياة.

هؤلاء منقادون لأهوائهم.. يفعلون كل ما يخطر في بالهم ويحلو لهم. يملأون الحياة بروايات رخيصة تافهة وأفلام مثيرة وتسليات سطحية عديمة الجدوى. هم لا يعرفون أنهم مصابون بهذا المرض الخطير إلى أن يتعرضوا لهزة عنيفة أو لانهيار عصبي، أي بعد أن يكون قد وقع الفأس في الرأس.

الزكام العقلي

هذا المرضى له إسم آخر هو القنوط. لا يدري الشخص متى سيصيبه ويعاني من أعراضه المزعجة مثل اليأس وعدم التسامح وضيق الصدر ونفاد الصبر. والأسوأ من هذا وذاك فإنه يطول أمده وغالباً ما يصاب به ضحاياه ثانية وبسهولة حتى ولو ظنوا أنهم قد تماثلوا للشفاء العاجل.

النزلة النفسية

هذا المرض يحدث بفعل إيواء الهموم الدنيوية المزمنة. المعانون منه عادة ما يغفلون استعمال سلاح إرادتهم وهكذا

يخضعون بسلبية وخنوع لمخاوفهم الدائمة بدلا من مواجهتها بجرأة والقضاء عليها في مهدها.

التعلق السيكولوجي الشاذ

ضحايا هذا المرض يصبحون وحيدي الجانب في نشدانهم للسعادة. وإذ يظنون أن السعادة تكمن في تكديس المال أو تحقيق الشهرة أو امتلاك الصحة أو القوة فإنهم يضحّون كل شيء من صحة وسمعة طيبة وسلام فكري وشرف وكرامة على مذبح طموحهم المتأجج. وبعد فوات الأوان يدركون أن الحياة المتزنة المتمثلة في مراعاة قوانين الطبيعة ونواميس الله، والتوفيق ما بين النشاط والهدوء.. هي وحدها قادرة على جلب السعادة وتحقيق غاية الحياة الشريفة.

المصابون بمرض التعلق السيكولوجي الشاذ تستحوذ على أذهانهم أفكار التوق الجامح فتصبح نظرتهم للحياة منحرفة ومشوهة. مثال على ذلك حقق أحد رجال الأعمال نجاحاً كبيراً وجمع أموالاً طائلة لكنه قبل أن يتمكن من التنعم بماله انهارت أعصابه بسبب الهموم والمخاوف الكبيرة ومات مكسور الخاطر.

آخرون يعتبرون أن كل شيء مباح من أجل تحقيق الغاية. وبسبب هذا التخبط يخطئون هدفهم الفعلي فيعجزون عن تحصيل أدنى قدر من الرضاء حتى ولو امتلكوا تلك الأشياء التي طال تشوقهم إليها، لأن طبيعة الإنسان واسعة متشعبة وتتطلب تنمية متوازنة وعلى كل صعيد.

التشبث الروحي الأعمى

هذا التعصب الشاذ لمعتقدات معينة ينجم عن التمسك بآراء وأفكار محددة دون وضعها على المحك أو على بساط البحث مما يخلق في نفوس المصابين بهذا المرض الغضبَ والعداء لكل فكرة روحية سليمة أو فكر منفتح ومتحرر. وهذا التقوقع يفضي إلى التمرد على نواميس الله المتمثلة في الفعالية العقلية والرفاهية المادية والصحة النفسية والبدنية ومحبة واحترام الناس على اختلاف مشاربهم.

تلقين المبادئ الروحية

كون الأمراض البدنية محسوسة ومؤلمة وكريهة فإنها تستحث بنا المقاومة الفعلية، فنحاول التخلص منها بشتى الطرق العلاجية من تمارين وتغذية صحية وأدوية وعقاقير على اختلافها. لكن الأمراض النفسانية بالرغم من كونها سبب وعلة كل الآلام والمخاوف البشرية لا يتم توقّـيها أو علاجها بالسرعة الكافية، ويُسمح لها بأن تعبث في حياتنا وتعيث بها هدماً وتدميرا.

المربّون وأساتذة الصحة البدنية والواعظون والمصلحون والأطباء والمشرّعون سيتمكنون من دفع عجلة التقدم إلى الأمام عندما يتعلمون أولاً، بدءاً بأنفسهم، ومن ثم يلقـّنون الآخرين الطرق الصحيحة لتنمية الطبيعة الإنسانية تنمية متوازنة ومتوازية مع قوانين الحياة وأصول العيش الصحيح. تلك هي التربية الفعلية الفاعلة والثقافة البشرية الشاملة التي يحتاج إليها الناس في كل بقعة من العالم.

المؤسسات التربوية تعتبر أنه من المستحيل تلقين الأساسيات الروحية في المدارس العامة بسبب الخلط بين تلك الأصول وشتى المذاهب الدينية المختلفة. ولكن لو ركزت تلك المؤسسات على المبادئ العالمية للسلام والمحبة والخدمة والإيمان وسعة الأفق وقبول الآخر التي هي ثوابت روحية راسخة، ولو استنبطت أساليب عملية لغرس بذور تلك الأصول في التربة الخصبة لعقول الأطفال ونفوسهم لتم التوصل إلى حل معقول ومقبول لتلك الصعوبة المزعومة والموهومة. إنه لخطأ كبير أن يتم تجاهل هذه المسألة بسبب الصعوبات الظاهرة التي تقترن بها.

معظم خريجي الكليات يغادرون جامعاتهم برؤوس مثقلة ومنتفخة بمحتويات الكتب بحيث يتعذر عليهم المشي باستقامة على دروب الحياة لأن أرجل إرادتهم وضبط نفسهم قد أصابها الشلل تقريباً بفعل الإهمال وعدم الإستعمال. ولذلك تراهم يتهورون ويتدهورون باندفاعهم الحثيث إلى هاوية الزواج غير المتكافئ وسوء استخدام القوى الجنسية والتلهف على الدينار والدولار والفشل في مجال عملهم لأنهم لم يتعلموا الطريقة الصحيحة لاستعمال سكـّين ذكائهم الحاد المشحوذ أكاديمياً، ونتيجة لذلك يجرحون أيديهم ويلحقون الأذى بأنفسهم.

والغريب أن العديد من الشباب يطيب لهم فعل تلك الأشياء التي تعود عليهم بالضرر والألم في النهاية. هناك من يلجأون للسرقة ولممارسات خاطئة أخرى بل ولأعمال إجرامية دون وازع أو رادع. والذين لا يعملون على الحيلولة دون تفشي الرذيلة في المجتمع يشجعون التصرفات المغلوطة التي يقوم بها البعض. يجب أن يكون كل صاحب ضمير حي وإيمان صادق قدوة حسنة للآخرين من حيث الاستقامة والصدق والكرامة واحترام النفس. المدارس والكليات والجامعات والمؤسسات الإجتماعية لا تقدّم ما يكفي من طرق علمية للحد من الجريمة بالتخلص من مسبباتها الموجودة أصلاً في الدماغ.

كما يجب إنشاء مدارس خاصة لتلقين فن الحياة السعيدة الناجحة وتنمية إمكانات المرء وتعزيز قدراته الذاتية.

مثل تلك المدارس ستكون بمثابة الحدائق والرياض حيث تنمو نفوس الصغار في أرجائها وتترعرع. والبستانيون (المربّون) يجب انتقاؤهم بعناية والتأكد من حصولهم على تعاون الأهل والمجتمع. هذه المدارس ستساعد على صياغة النفوس بكيفية أفضل. ويجب الأخذ في الإعتبار أن التغذية الروحية للنبتة البشرية في مراحلها الأولى تحدد عافيتها وقدرتها على النمو فيما بعد.

إن أساليب التدريب العقلي والجسدي المتبعة في المدارس العصرية هي ولا شك مفيدة، ولكنها تفتقر إلى ركيزة روحية. وبدون تنمية الأخلاق الفاضلة سيكون النمو ناقصاً.

يجب تلقين علوم التنمية الجسدية والعقلية والروحية للأحداث الذين ما زالت عقولهم غضة مرنة وقواهم غير سالكة بعد في قنوات معينة.

بعد تدريب شامل ينبغي لطلاب تلك المدارس إجراء فحوص تأملية دائمة، وأما الشهادات المكتسبة فستكون عبارة عن صحة جيدة وسمعة حسنة وفعالية وثراء مادي وروحي وسعادة ونجاح وثقة بالنفس.

أما نتائج الإمتحان النهائي في ختام هذه الرحلة الأرضية فسيتم تحديدها بحسب المجموع العام للإنجازات والشهادات

العقلية والروحية التي تم إحرازها إبّان الإمتحانات الفرعية طوال فترة العمر.

والمتفوقون في هذا الإمتحان الأكبر الأخير سيحصلون على شهادة مقدسة للإكتفاء الذاتي ..وعلى ضمير حر، نقي ومبتهج..

وعلى بركات منقوشة للأبد على صحيفة النفس.

وهذه الجائزة النادرة لن يعبث بها العث..

ولن تمتد إليها يد اللصوص

أو تمسحها ممحاة الزمن..

وستكون بمثابة جواز سفر

لعضوية الشرف في جماعة الحق.

أين تكمن السعادة؟

إن الله برحمته المطلقة يمنحنا فرحه وإلهامه..

ويمنحنا الحياة الحقيقية..

والحكمة الحقيقية..

والسعادة الحقيقية..

والفهم الحقيقي من خلال كل اختبارات حياتنا المتنوعة.

لكن مجد الله لا يظهر إلا في السكينة الروحية التي تحسها النفس وفي محاولة الفكر الجادة للتناغم معه. هناك نقف وجهاً لوجه مع الحقيقة. في الخارج الأوهام قوية للغاية، وقلائل جداً هم الذين يستطيعون التخلص من تأثير البيئة الخارجية. العالم يستمر بتعقيداته اللامتناهية وتجاربه التي لا تعد ولا تحصى. إن صوت الله يكمن خلف مظاهر الحياة، ينادينا دوماً ويتحدث إلينا من الزهور والكتب المقدسة ومن ضمائرنا، ومن خلال كل الأشياء الجميلة التي تجعل الحياة جديرة بالعيش.

كلما أكثرنا من التركيز على الأشياء الخارجية كلما قلت إمكانية إحساسنا بالمجد الباطني، وكلما توجهنا إلى الداخل كلما قلـّت مصاعبنا الخارجية. إنها معادلة ثابتة لا تتغير. لكن معظم الناس لا يدركون هذه الحقيقة بفعل تأثير الصحبة الدنيوية والمجتمع الذي يعيشون فيه والعادات غير السليمة. المجتمع

يُبقي الشخص غارقاً ومنهمكاً في أمور سطحية دون السماح له بالتفكير في حقائق أكثر عمقاً.

وحتى الأماكن الروحية يزورها البعض دون رغبة حقيقية في الإستفادة من جوها المبارك، فلا يستفيدون شيئاً يُذكر من تلك الزيارات.

من يرغب في معاينة الله يبصره في كل مكان. عادات الإنسان السلبية سالبة ناهبة، مفترسة ضارية، تهدم وتتلف وتمحق وتبيد. لقد آن الأوان كي يتعلم الإنسان كيف يكون سعيداً، قنوعاً بما لديه. ويجب ألا يرغب في أي شيء أكثر مما يأتي إليه. الله كريم، يعرف ما يلزمنا ويزودنا به في حينه. هذا لا يعني أن نتوكل على الله دون بذل المجهود. إطلاقاً. المقصود هو أن نقوم بدورنا خير قيام ونترك الباقي على الله الذي لن يحرمنا أبداً مما نحتاجه ونستحقه.

إن أفضل طريقة لأن نكون سعداء بغير انتهاء هي الشعور بالحضور الإلهي. رغبتنا السامية يجب أن تكون معرفة الله والتصميم لكي نكون معه. يجب أن يكون لله المقام الأول والأرفع في أفكارنا وأحاسيسنا وأن نعتبره الركن الأقوى والأكثر رسوخاً في حياتنا.

(فاشدُدْ يديكَ بحبل اللهِ معتصماً

فإنه الرُّكنُ إن خانتكَ أركانُ)

لقد أدركتُ أن غاية الحياة الوحيدة هي معرفة الله. هناك أناس قد لا يكونوا مقتنعين بأن العثور على الله هي غاية الحياة. ولكن ما من أحد ينكر أن هدف الحياة هو العثور على السعادة. وأقولها بكل ثقة ويقين أن الله هو منتهى السعادة. هو النعيم العظيم. هو الحب الكوني المطلق. هو الفرح الأبدي الذي لا يفارق نفوس المتناغمين معه. فلماذا إذاً لا نحاول الحصول على تلك السعادة الكلية؟ لا يستطيع شخص آخر أن يمنحها لنا. يجب أن ننميها ونغذيها في نفوسنا على الدوام. قوى الطبيعة تحاول جاهدة وباستمرار منح الناس ملذات العالم، لكن مثل تلك المتع العابرة نهايتها الحسرة والمرارة والندامة. وحتى أوفر الناس حظاً، ممن يبدو حاصلاً على كل شيء، قد لا يكون مع ذلك

سعيداً. ولن يرضى بالأرضيات طويلا لأنها لا تروي عطشه الحقيقي ولا تشبع جوعه الروحي.

الأشياء المادية تمنح سلاماً مزيفاً ورضاء كاذباً ليس أكثر. العالم بجملته غارق في مغاصات التشويش والتخبط بفعل الرغبات الأنانية الجشعة التي تخلق الحروب. لا شيء آخر يخلق الحروب.

البَطل الفعلي في معركة الحياة هو الذي يقهر نفسه ويتغلب على أهوائه. المال والشهرة والرغبات وكل ما يناقض هذا المبدأ هو ضار بسلامنا وسعادتنا. لو أن الناس يتعلمون كيف يفكرون دائماً بقيم الحياة الحقيقية لوجدوا السعادة التي ينشدونها، لكنهم ينحرفون عن قصدهم وينجرفون مع تيار الرغبات الأرضية. لقد وجدت أنه ما من إغراء يمكن أن يبعدني عن الدرب الذي اخترته وانتهجته لنفسي.

أستطيع أن أسحر الألوف بالقوة التي وهبها الله لي، لكن ذلك المسلك سيكون ضاراً بي. وعلى أية حال لا أرغب في سحر الألوف واستلاب عقولهم. أحب فقط أن أرى المريدين الصادقين الراسخين في الله. محبو الله سيتذوقون هذه الأفكار والذين يتواصل حماسهم سيشعرون ببركات الله وحضوره من خلال هذه التعاليم.

مستحيل أن يستطيع الإنسان مخادعة الله لأنه موجود خلف أفكاره مباشرة، ويعرف ما يدور في خلده وما يشتهيه. ومتى زهد بالعالم ورغب في التناغم الروحي سيأتي الله إليه. متى تأصلت تلك الرغبة في قلب الراغب يأتي الله إلى ذلك القلب ويملأه خيراً وبركة. الشيء الوحيد الذي يستحق أن يحيا الإنسان من أجله هو التوافق مع الله والحصول على رضاه. ذلك التوافق يجب أن يكون عهداً أبدياً وميثاقاً لا يُنقض (الذين يوفون بعهد الله ولا ينقضون الميثاق.)

كل واحد يرغب في الحصول على أكثر مما لدى الشخص الآخر من مال. وعندما يحصل عليه يبقى غير قانع لأنه يكتشف أن شخصاً أخر أغنى منه. الناس يعيشون في مستنقع من الشقاء من صنع أيديهم وخلق مشتهياتهم. يجب أن نرضى بما

لدينا. الأشياء المادية لا تمنح السعادة بل كثيراً ما تضاعف هواجس الإنسان وتزيده قلقاً وتحسباً.

الطريق إلى الله هو أبسط وأسهل الطرق، ومع ذلك فقلائل هم الذين يسيرون عليه بالرغم من الطقوس والشكليات الدينية العديدة. من الأفضل أن نتوجه بقلوبنا إلى الله ونطلب منه ما هو أفضل لنا وأبقى. في الحقيقة أن الله بانتظارنا لأنه يريد أن يبعدنا عن بؤر الشر ومطبّات الخطر. يريدنا معه في قلوبنا وأفكارنا لأن بضاعة الدنيا الرخيصة لا تشبع حنين الإنسان ولا تسد الفراغ الروحي الذي يحسه في أعماقه. إن الله يتحدث إلينا على الدوام ولكن قلائل هم الذين يسمعون صوته. ذلك الصوت الهادئ غالباً ما يطغى عليه زعيق الأفكار الصاخبة والمشتهيات الصارخة. لكن عندما تهدأ الأفكار وتهجع الرغبات نسمع صوت الله بكل جلاء بالرغم من كونه صامتاً خافتاً. حقاً أن الله يفعل كل شيء لمساعدة الإنسان، يفتح أمامه الأبواب ويضيء دروبه ليتبين مواقع خطواته فلا يعثر ولا تزل قدمه ولكن أكثر الناس لا يدركون هذه الحقيقة.

لا أريد أن يظن الناس أن بمقدورهم بلوغ المعرفة بمجرد الإصغاء إلى الآخرين أو مطالعة الكتب. يجب أن يطبّقوا ما يقرؤونه ويسمعونه. الذهاب إلى أماكن العبادة أفضل من البقاء في البيت والإستماع إلى الثرثرة العقيمة. لكن حتى في أماكن العبادة يجب أن يشعر الإنسان بحضور الله في قلبه، ويجب أن يعرف الطريقة التي بواسطتها يمكنه ملامسة حضوره. الثورات العاطفة والتحليلات العقلانية لا يمكن أن تمنحنا المعرفة التي تحن نفوسنا لاكتسابها.

عندما نسلم أنفسنا لله ونودّع الرغبات الأنانية.. وعندما نتيقن أن الله معنا على الدوام، يسكن أرواحنا ويلهمنا الأفكار والمشاعر الطيبة النبيلة سنمتلك السعادة والحرية وسنعاين شروق شمس الحكمة في أفق الروح.

تصوروا! بعد عشرات السنين من الآن سيصبح وجودنا هذا حلماً، وكل ما نفعله الآن سيصبح جزءاً من ذلك الحلم. وحتى عظماء الإنسانية أصبحوا خيالاً في وعي البشرية. لكن أولئك العظماء نالوا الأرب لأنهم بلغوا الغاية القصوى وما زالوا أحياء

بالروح وهم على دراية حية وواعية بكل ما يحدث لأنهم متوحدون في الوعي الإلهي. وكل من يحاول التناغم معهم من خلال أفكارهم وتعاليمهم سيحس حتماً بحضورهم ويستجلب بركاتهم وسيعلم في قرارة نفسه أنه على تواصل فعلي معهم.

الحياة حلم كبير. ومع ذلك فعندما تنظر إلى جسمك الآن وتجده نابضاً بالحياة تتولد لديك قناعة تامة بحقيقة هذا الحلم. تظن أنه ينبغي لك الحصول على هذا الشيء أو ذاك حتى تصبح سعيدا. لكن مهما تحققت رغباتك لن تعثر على السعادة من خلالها. كلما زادت مكتسبات المرء زادت رغبته في الحصول على المزيد. يجب غربلة المشتهيات وتبسيط الحياة إن أراد الإنسان أن يحيا براحة وطمأنينة ورضاء باطني.

تقول الأسفار المقدسة أن الذي تنساب رغباته دوماً نحو الداخل (باتجاه روحه) هو إنسان على درجة عالية من الرضاء النفسي. وهو في ذلك يشبه البحر الذي لا يتغير ولا ينقص، بل يبقى زاخراً بالمياه التي تنساب إليه دون انقطاع. أما الذي يُحدث ثقوباً من الرغبات في صهريج سلامه ويسمح للمياه الحيوية بالتسرب والهدر لا يعرف شيئاً عن السلام الروحي والسعادة الباطنية.

إننا بحاجة إلى التوجيه من العارفين بالله الذين لهم القدرة على التواصل معه والإحساس الواعي بحضوره. لقد طلب منا الأنبياء كي نطلب الله في السكينة الباطنية، في خلوات النفس حيث الروح الأمين والفرح الروحي الفائق. معلمو الهند المستنيرون يؤيدون أيضاً هذه الأفكار ويؤكدون على أهمية التأمل العميق لإدراك الذات العلية في أعماق النفس.

كل ما في الوجود هو اهتزاز موجيّ موجّهٌ بعقل الله. وذلك الإهتزاز الموهوب بالذكاء هو الروح القدس أو الروح الأمين الذي يمكن التواصل معه عن طريق الدعاء والتأمل.

في سكون روحك وفي خميلة تركيزك العقلي لا نهاية لحكاية الغرام مع المطلق اللانهائي. لكن من الصعب الحصول على الله إن سعينا وراء المال أولا. يجب أن نجعل الله جزءاً لا يتجزأ من حياتنا وعندها سنحصل على كل ما نحتاجه في هذه الحياة. من يجعل لله مكاناً دائماً في قلبه يجعل الله نصيبه وافراً

من خيرات الأرض والسماء ويفتح أمامه آفاقاً واسعة تسطع فيها شموس الحكمة فتنير دروبه وتبدد الظلام من حوله. الله هو المحب الأبدي ولا سعادة للإنسان إلا عندما يحب الله كمحبته – على الأقل - لأعز الناس لديه، لأن لولا الله لما عرفنا ماهية الحب ولا تذوقنا طعمه.

يجب أن نتعلم استخدام الإرادة وتركيز العقل من أجل البحث عن الله بمجامع الفؤاد. أفعال الإنسان تفرضها رغباته. وتلك العادات تضطره دوماً لفعل ما لا يريد أن يفعله. حقاً إن الإنسان عدو نفسه ولا يعرف ذلك. هو لا يعرف كيف يجلس بهدوء، ولا يخصص وقتاً لله، ومع ذلك يريد أن يحصل على السعادة ويضمن وصوله إلى الجنة دون إبطاء. لا يمكن الحصول على الإختبار المقدس بقراءة الكتب فقط، أو الإصغاء للمواعظ أو القيام بالأعمال الخيرية وحسب. هذه كلها نافعة ولا شك لكنها غير كافية. الوصول إلى الله يلزمه تركيز دقيق وتأمل عميق.

يجب أن ننشد رضاء الله أولا. لا يمكننا إرضاء الجميع لأن ذلك أمر مستحيل. إنني أحاول أن لا أزعج أحداً. أعمل ما بوسعي وهذا كل ما أستطيع أن أفعله. غايتي الوحيدة هي مرضاة الله. أستعملُ يديَّ لأبتهل بخشوع أمامه، وقدميَّ لأبحث عنه في كل مكان، وعقلي لأفكر به وأتأمل روائعه. يجب أن يحتل الله المقام الأول في قلوبنا حتى نتمكن من الإحساس به سلاماً ومحبة وفهماً ولطفاً وتعاطفاً وحكمة. هذا لا سواه ما أتيت لأشهد به وأحدثكم عنه.

إضافة إلى التأمل ينبغي الإحتفاظ بالصحبة الطيبة. يجب أن لا نركض وراء الناس بل وراء الله. وإن كنت تجد فائدة من هذه الأفكار فاعتبرها بركة من الله لأن الفضل كل الفضل يعود إليه، وتحدث عنها للآخرين لعلهم يجدون فيها ما تجده. (وأما بنعمة ربك فحدّث.) ولا تنسَ أن تساعد أحداً كل يوم على قدر طاقتك. ما دام في جيبي مال لا أكف عن العطاء، لأن بنكي الذي لا ينفد ولا ينضب معينه هو الله.

أخيراً يجب أن نعرف الله مثلما عرفه العظماء. ذلك مستطاع عن طريق التأمل والمجهود الشخصي.

ذات مرة كنت أتمشى خارج الصومعة مفكراً بمعلمي العظيم سري يوكتسوار الذي كان قد فارق الحياة قبل ذلك ببضع سنين. شعرت بشوق غامر له وحزنت لأنه لم يكن معي ليستمتع بجمال الصومعة وجوّها، وفجأة تراءى لي من السماء وقال:
"أتظن أنك الوحيد المستمتع بهذا المكان الجميل؟ فأنا أيضاً أستمتع به مثلك!"

يجب أن يجتهد المريد الراغب للتوحد مع الله عن طريق الممارسة اليومية للتأمل ومحبته ومحبة الجميع بتلك المحبة. تلك هي الطريقة الوحيدة لتلافي الحروب. التعاون الروحي مطلوب. بدون الروحانية الحقة لا توجد سعادة فردية أو عالمية. التناغم المقدس هو الحل الوحيد لكل المشكلات الجسدية والمالية والزوجية والخلقية والروحية.

السعادة تأتي من الإحساس بقرب الله. لقد سجن الإنسان نفسه خلف قضبان الجهل وآن له أن يتحرر من هذا السجن المهين. يجب أن يبقى الفكر دائم التوجّه إلى الله مهما كانت الظروف، وعندها ستشعر بسلام وفرح عظيمين.

إن الذين يتشوقون لله ويكرّسون كيانهم له، ويشجعون وينوّرون بعضهم بعضا، ويلهجون بذكر الله دوماً هم السعداء في هذه الدنيا وهم الفائزون بنعيم الآخرة.

والسلام عليكم.

الستارة سترتفع وتنقشع

كل واحد منا هو صورة الله. لقد انبثقنا عن روحه الإلهي وجوهره يكمن بنا بكامل نقائه ومجده ونعيمه الفائق. ذلك الميراث المقدس حصن لا يُقحم. إن إدانة الإنسان نفسَه بأنه خاطئ متطوح في دروب الخطيئة هو من أعظم الآثام على الإطلاق. لإنه بذلك يحكم على نفسه بالعجز والإحباط وعدم القدرة على النهوض والإرتقاء. صحيح قد يأتي الإنسان بأعمالٍ مخالفة للقوانين الطبيعية والإلهية، لكن عليه تغيير المسار على

الفور والتوجه إلى الطريق الصحيح. الإنسان في طبيعته النقية هو هيكل مقدس والروح الإلهي يسكن به.

يجب أن نتذكر على الدوام أن الله يحبنا محبة خالصة غير مشروطة. لكن بما أنه وهبنا مطلق الخيار للتقرب منه أو الإبتعاد عنه فإنه في انتظار إعرابنا له عن رغبتنا في حبه قبل أن يأتي إلينا.

ذات مرة سمعت صوته يهمس أثناء التأمل: "تقول أنني غير موجود معك، لكنك لم تنظر إلى الداخل. إنني لا أفارقك لحظة واحدة. أدخلْ إلى هيكل الروح وستراني. فإنني هنا على الدوام، لأستقبلك وأحييك تحية الحب الإلهي."

الإخلاص العميق ضروري على الطريق الروحي. في النقاء والصدق يبزغ فجر الروح.

إن حكمتنا البشرية هي لا شيء أمام الله. والطريقة الوحيدة التي يمكننا التقرب منه هي أن نمنحه نفس المحبة الخالصة التي يختصنا بها.

كل واحد سيعثر على الخلاص في نهاية المطاف، لكن المتلكئين على الطريق يسقطون في هوة اللامبالاة. عدم الإكتراث يصد الإنسان عن إدراك مدى أهمية العثور على الله الآن وفي هذه اللحظة. إن كوكبنا الأرضي الكبير السابح في الفضاء، وهويتنا البشرية، لم يُمنحا لنا لتمضية سنوات معدودات هنا ثم لنمضي بعدها إلى اللاشيء.. بل لعلنا نفكر ملياً ونتعمق في فهم سر الوجود. إن العيش دون فهمٍ لغاية الحياة هو حماقة وغباء وإضاعة للوقت. ألغاز الحياة تحيط بنا من كل جانب، وقد وهبنا الله الذكاء لنجد الحلول لها.

في بحثي عن الحب الدائم أدركتُ أن الله هو الذي أحبني في كل أنواع الحب البشري. لقد أحبني كأم وأب وأصدقاء.

لقد بحثت عن ذلك الصديق الخالد وراء كل الأصدقاء،

وعن ذلك المحب العظيم الذي أراه الآن وامضاً في كل الوجوه الطيبة المحبة. ذلك الصديق الإلهي لم يخيّب أملي ولم يخذلني مرة واحدة.

الله يكمن خلف كل ما في الوجود. يجب أن نكرم أبوينا ونحْسِن إليهما، ولكن ينبغي أن نحب الله من كل قلوبنا وأرواحنا. ويجب أن ندرك أهمية التواصل الحيوي معه، دون إضاعة الوقت بعد الآن.

عندما ننام لا نعرف ما إذا كنا سنستيقظ أم لا. إننا نغادر هذه الأرض الواحد تلو الآخر. ولكن هذه الفكرة يجب أن لا تبعث على القلق. عندما نموت يُطلب منا الولادة ثانية على الأرض، مبتدئين حياة جديدة من حيث ما انتهينا في هذه الحياة.

إنني أرى الحياة مثل تشكُّل الأمواج وانحلالها أو ملاشاتها على صفحة المحيط. الموجة البشرية تبزغ من سطح المحيط الإلهي عند ولادتها، وعند الموت تهجع في قلب الله. لقد أدركتُ هذه الحقيقة وأعلمُ أنني لا أموت قط بالرغم من موت الجسد. لأنه سواء كنت هاجعاً في أوقيانوس الروح الإلهي أو مستيقظاً في الجسد المادي فإنني واحد مع المحيط الكوني. تلك السعادة العظمى لا يمكن العثور عليها في العالم. وفي نفس الوقت لا حاجة لنا للهروب إلى الغابة بحثاً عن الغاية. نستطيع أن نعثر على الله في أدغال الحياة اليومية هذه.. في أعماق كهف السكون.

قد يقترف الإنسان أخطاءً عديدة لكنه مصاغٌ على صورة الروح الإلهي. لقد خلق الله هذا الفيلم الوهمي للأرض ومباهجها لغاية واحدة فقط: عل الإنسان يدرك أنها مجرد مسرحية كونية فيهجر الأوهام ويحب الله وحده. تلك هي الحقيقة ولا يمكن أن تكون خلاف ذلك. لماذا خلقنا الله لنحب أفراد أسرتنا ولنراهم فيما بعد يفارقوننا الواحد تلو الآخر؟ هذه الأحداث تحصل لتجعلنا ندرك أن الله هو الذي يحبنا من وراء كل محبينا.

الحياة صورٌ متحركة لكن من الصعب فهم هذه الحقيقة لأن الأوهام تبدو حقيقية والحقائق تبدو أوهاماً. العالم يتلاشى من وعينا كل ليلة أثناء النوم علنا نفهم أن الكون المادي غير حقيقي.

درْسُ النوم هذا يأتي لا ليفزعنا بل ليجعلنا ننشد حقيقة الله. لا يمكن لأي شيء أن يرضي النفس سوى الله وحبِّه. روح الله هي الحقيقة التي لا نظير لها. لا وجود لما هو غير حقيقي،

والحقيقي لا يمكن أن يكون غير موجود. الحكماء يدركون هذه الحقيقة الساطعة.

لقد انصرمتْ أعوامٌ عديدة من أعمارنا ولم يبقَ منها سوى سنين وأسابيع وأيام وساعات. فلِمَ إضاعة الوقت دون فائدة؟ يجب أن نرغب في التواصل مع الله ليل نهار وأن نكون مخلصين كل الإخلاص في رغبتنا هذه قبل أن تنقضي فسحة العمر الممنوحة لنا ونغادر هذه الأرض دون إنجاز يذكر.

في هذه اللحظة بالذات أبصر نور الله العظيم يغمر كل الموجودات. يا له من فرح غامر! يا له من نور عجيب!

إلهي أشكركَ وأسجدُ لك على هذه البركات الغزيرة للإحساس بحضورك.

بارك الجميع بنفس الكيفية علنا ندرك أنك الحقيقة العظمى في الكون وأنك غايتنا التي لا غاية بعدها.

يجب أن نحبه ونتحدث إليه كل ثانية من حياتنا.. في العمل والراحة.. في الحركة والسكون.. بابتهال عميق وشوق ملتهب. وسنرى ستارة الوهم ترتفع وتنقشع. إن الله معنا في كل لحظة من لحظات عمرنا. والذي يتأمل ويتناغم معه يبصره في جمال الزهور وشهامة النفوس الطيبة والعواطف السامية النبيلة والأحلام الجميلة. أخيراً سيبزغ من وراء الحجب الكثيفة ليقول لكل مريد صادق:

"لقد افترقنا لأمدٍ بعيد لأنني رغبت في أن تمنحني محبتك عن طيب خاطر. لقد خلقتك على صورتي، وانتظرتُ حتى تستخدم حريتك وتمنحني محبتك من تلقاء ذاتك."

يجب أن نسأل الله كي يمنحنا الهبة الخالدة الباقية لحبه الإلهي. ولكن ما من أحد يمكنه العثور على الله الودود دون بذل المجهود؟ إن بذلتَ 25 بالمائة من المجهود فالباقي يكون على الله والمرشد الروحي. لا أطلب شيئاً لنفسي لأن الفضل كل الفضل هو لله منبع كل الخيرات والمكرمات. فلتواكبكم نعمته وليلازمكم وعيه ولتدركوا فيض حضوره بكم ومن حولكم.

إن الله لا يستجيب لنا على الفور لأننا مترددون في إظهار مدى رغبتنا له. يجب أن لا نخشى الاقتراب منه، بل ينبغي اعتباره خاصتنا، حبيبنا، وأن نبحث عنه دون انقطاع بأفكارنا

وأفعالنا وقلوبنا وعقولنا وسنجده أعظم موئل للأمن والأمان في هذا الوجود.

يا رب.. إنني أقدم لك هذه الباقة من النفوس الطيبة علّها تزيّن هيكل حضورك. واكب أصحاب هذه النفوس الذين هم عيالك وأحبتك. إننا نترنم بإسمك المبارك. بدد ديجور الجهل بنورك القدسي. اطرد الظلمة من عقولنا بضياء وجودك المشع المتسع. نحن خاصتك مهما كانت أوضاعنا وأحوالنا. اظهر ذاتك لنا يا ذا الجلال والإكرام. بارك كل واحد منا. تقبّل نفحات أفكارنا المشتاقة ونبضات قلوبنا المحبة التوّاقة. لكَ نرفع كل الحب والتكريم والشوق لأنك حبيبنا وكل ما نملك في هذا الكون.

باركنا بنعمتك. اهدم أسوار الرغبات التي تحول دون تواصلنا معك. ولتكن الملك الإلهي المتربع على عرش كل طموحاتنا. ولينتشر نور مجدك على العالم الفسيح. باركنا جميعاً. أفعمنا بضوع حضورك. ولندرك أكثر فأكثر بأنك كنت لنا على الدوام، وأنت لنا الآن وستكون لنا ومعنا إلى الأبد.

نحمدك على النعمة والمحبة اللتين أغدقتهما على محبيك المتأملين قربك والمنتظرين بشوقٍ حضورك. آملين أن تكبر دائرة مريديك لنحتفل بحضورك المبارك ونسعد بالقرب منك.

باركنا كي نفتح قلوبنا لبعضنا ونصفّي نوايانا علنا نستحق حمايتك ورعايتك. اظهر ذاتك باطناً وظاهراً. وحّدنا جميعاً وعلى ضوء ذلك التوحّد فلندرك وجودك الأوحد.

وبإخلاص قلوبنا المتحدة وشوق نفوسنا المنسجمة نسجد أمامك طالبين العون والهداية والإدراك الدائم لحضورك في أرواحنا.

لتضطرم نار المحبة الخالدة في قلوبنا ولنشعر بقربك منا الآن وإلى الأبد.. يا ربنا.. يا حبيبنا!

الرغبة العظمى والكبسولات العقلية

عظيم هو مجد الله. هو جوهر الحقيقة ويمكن العثور عليه في هذه الحياة. في قلوب الناس صلوات وأدعية كثيرة: من أجل المال والشهرة والصحة.. صلوات من كل نوع وصنف. لكن الدعاء الذي يجب أن يكون الأول والأهم في كل قلب هو من

أجل الشعور بالحضور الإلهي. وإذ نسير على دروب الحياة بصمت ويقين يجب أن ندرك بأن الله هو غاية الغايات التي يمكن أن ترضينا وتحقق أمانينا، لأن في الله تكمن الإستجابة لكل أماني القلب.

عندما يتعذر عليك تحقيق رغبة ما بمجهودك الفردي فإنك تتوجه لله بالدعاء. وهكذا فإن كل ابتهال تتلفظ به ينمّ عن رغبة كامنة في النفس. ولكن عندما تجد الله تتلاشى كل الرغبات وتتحقق كل الأمنيات.

تبزغ الرغبات الدنيوية بسبب بعض الآراء المغلوطة عن غاية الحياة. هذه الأرض ليست مقرنا. لقد أخبرتنا الكتب المقدسة أننا لله، وأننا مخلوقون على صورته، وإن إرادته تقضي بعودتنا إلى أصلنا الإلهي. الذي لا يعرفه الإنسان هو أنه ما لم يعُد إلى مصدره الإلهي فسيتحتم عليه الكفاح من أجل تحقيق رغبات لا حصر لها. تصوروا! صحيح أنه ليس في وسع الإنسان إلا أن يمتلك رغبات، وليس من الخطأ امتلاكها. لكن معظم الأشواق البشرية تحول دون تحقيق الرغبة العظمى للرجوع إلى الله. وهكذا فإنها ضارة بسعادة الإنسان. وما لم يرغب الإنسان بالله ويعثر عليه سيواصل تحرقه لكل ما يظن أنه سيجعله سعيداً. لكن التحقيق الفوري لكل الرغبات يأتي تلقائياً للذي يعثر على الله.

هناك فئتان من الرغبات: التي تساعدنا في العثور على الله، والتي تصدنا عن العثور عليه. مثال على ذلك: إن أساء لك شخص تشعر بالرغبة في الإنتقام، لكنك إن قهرت تلك الرغبة باستخدام قوة المحبة الأكثر سمواً وقبولاً عند الله تكون قد استخدمت الأداة التي ستساعدك في العثور على الله. يجب تحقيق كل الرغبات بكيفية نبيلة، إذ عندما يتم تحقيقها بالطرق الدنيوية تتضاعف الرغبات ومعها المتاعب والمعاناة. إن تعلمنا كيف نقدم كل أشواقنا لله فإنه سيعمل على تحقيق رغباتنا الطيبة وإبادة رغباتنا الضارة المؤذية. ما من حماية أعظم من الضمير وما من وقاية من لطمات الحياة كامتلاك الرغبات النبيلة السامية.

عندما ندرك أن صورة الله الكلية الكمال هي في داخلنا تتحقق كل رغباتنا. ففي ذلك الوعي المقدس الذي لا تعدُله نفائس الأرض وذخائرها لن تهتز حتى ولو أُعطيت العالم بأسره. إذ لا المديح سيخلق بك الزهو ولا المذمة ستلحق بك الأذية لأنك ستتذوق فرح الله في ذاتك وذلك سيكون الإعتبار الأهم في حياتك.

يجب أن نطلب أولاً وقبل كل شيء هداية الله في محاولتنا تحقيق رغباتنا المشروعة، وتلك هي الطريقة المثلى للحصول على الاستجابات لكل صلواتنا. ولكن يجب حذف الإستجداء من الإبتهال. يجب تغيير الطريقة القديمة للدعاء وأن نتوجه إلى الله بثقة تامة وإيمان قاطع بأنه يسمع لنا ويحقق رجاءنا. لا يريدنا الله أن نتخلى عن إرادتنا – حتى عندما نبتهل إليه – لأن تلك الإرادة هي أثمن هدية حصلنا عليها من يده الكريمة وهي حق مقدس أراده لنا منذ خلقنا.

طبيعي يجب أن يميّز الشخص بين الصلوات والرغبات المعقولة وغير المعقولة. وتذكر أن الرغبة قوة، فإن تشبثت برغبة ما – سواء كانت جيدة أم رديئة، نافعة أم ضارة – وقلـّبتها في فكرك ليل نهار فإنها ستتحقق في النهاية. ومن هذا المفهوم ينبغي توخي الحيطة والحذر وتحاشي امتلاك رغبات ضارة لأنها ستتحقق وستجلب معها لصاحبها ضرراً بالغاً وشقاءً لا يحسد عليه.

مع مرور الزمن ستجد أنه بالرغم من تحقيق رغباتك لكن قلبك ما زال فارغاً، وستشعر بعصيان داخلي. افرض أن جهازك الهضمي ضعيف ومع ذلك ترغب في تناول الأطعمة المقلية. بالطبع ستتألم كلما أكلت المقالي نتيجة لذلك بالرغم من شعورك باللذة أثناء تحقيق تلك الرغبة. وهكذا تشعر أنك ارتكبتَ خطأً. الحكمة تقتضي استخدام التمييز لفرز الرغبات الرديئة عن الطيبة، ومتى تم لك ذلك ينبغي عدم تحقيق تلك الرغبات الخاطئة. الإنسان يمتلك قوى التمييز الباطني وينبغي أن يستخدمها دوماً وأن يسير ويسيّر حياته بوحي الضمير الذي هو صوت الله.

الرغبات التي لم تتحقق تبقى متربصة في القلب. وما هو الضرر من إيوائها في القلب؟ إليك الجواب:

إن كل رغبة تتكون من قوى محددة: إما صالحة أو شريرة، أو من كليهما. وعندما يتوفى الشخص – رحمه الله – لا تموت تلك القوى بالرغم من تحلل الجسد وفنائه. لكنها ترافق روحه حيثما ذهبت على هيئة كبسولات روحية مركـّزة. وعندما يولد الشخص ثانية في تجسد جديد تظهر هذه الكبسولات أو الأقراص النفسية على صورة نزعات سلوكية. وهكذا فالشخص الذي مات كحولياً يجلب معه الميل إلى الكحول عندما يولد، ويلازمه ذلك الميل إلى أن يتغلب على الرغبة في الخمر. وهذا ينطبق على أشياء أخرى أيضاً.

إن تصرّف حتى أصغر الأطفال يُظهر بعض الخاصيات المكتسبة من حيوات ماضية. بعض الأطفال يعانون من نوبات غضب حادة. آخرون طباعهم رديئة. طبعاً الله لم يخلقهم في الأصل على هذه الحال. رغبات الحيوات الماضية التي لم تتحقق صاغت هذه الميول السيكولوجية، وبسببها تظهر النفس غريبة بعض الشيء مع أنها مخلوقة على صورة الله النقية. إن كانت صورة الله مشوهة في داخل الشخص في هذه الحياة سواء بالغضب أو الخوف أو الشهوات ولم يتغلب على تلك الخاصيات الآن، فإنه سيولد من جديد معها (أو ستولد معه)، وسيحمل عبء تلك الميول المولـِّدة للشقاء إلى أن يتغلب عليها في تجسده هذا أو تجسداته المقبلة. إنما لا خلاص منها قبل التغلب عليها.

لذلك فمن الأفضل تحقيق كل الرغبات الآن أو قهرها.

الطريقة الأمثل للتخلص من تلك الرغبات مرة وإلى الأبد هي بملامسة الفرح الإلهي الفائق. وإلا فإن تلك الرغبات المكتومة والمشتهيات غير المحققة ستتعقب النفس وتقضّ مضجعها.

يجب أن يدرك الشخص بواسطة التمييز والحكمة أن الله وحده هو القادر على منح السعادة الخالصة والدائمة.

في معظم الأحيان تظل الرغبات مخبوءة في اللاشعور. قد تظن أنها تلاشت ولكن لا، وهذا سر من أسرار الحياة التي هي بدورها سر عظيم.

لكن السر يتبدد غموضه عندما نحلل الحياة ونتأمل معانيها. إن جلست كل يوم بهدوء لفترة قصيرة وحللت نفسك لوجدت أنك تمتلك رغبات عديدة لم يتم تحقيقها. تلك الرغبات تشبه الجراثيم الفتاكة التي يحملها الإنسان حيثما ذهب، سواء في هذه الحياة أو في العتيدة.

إن أفضل طريقة هي الإستغناء – بالتمييز الحكيم – عن الرغبات الضارة في هذه الحياة وتركيز الجهود على تحقيق رغباتك الطيبة. إن شعرت بالرغبة في الإنتحار أو بفعل أي شيء سيء، فيجب التخلص من تلك الرغبة الآن. أقنع ذاتك فكراً وفعلا أنك تمتلك شرارة الإلوهية في روحك وتذكر أنك مخلوق على صورة العلي القدير، ولذلك فإنك تمتلك المقدرة على الترفع عن طباعك وعاداتك الجسدية.

كن أقل تعلقاً بالكماليات وأكثر زهداً بالمشتهيات وستفوز في معركة الحياة. وإن كنت تتألم من ألم مستعص حاول قدر الإمكان فصل نفسك عن الوعي الجسدي. بالتمييز يمكنك التغلب على الحواس. التمييز الحكيم هو النار التي تحرق الرغبات الضارة والشهوات المؤذية وتحيلها إلى رماد.

من الممارسات الشائعة عند الناس هي تخزين الأشياء العتيقة البالية غير الضرورية في أحد أركان المنزل، وكذلك تعزيل وتنظيف المنزل بين الحين والآخر. وبالمثل في ركن عقلك اللاشعوري توجد رغبات عديدة ذات أضرار كامنة، وقد تسبب لك متاعبَ كبيرة ذات يوم إن لم تتعامل معها كما يجب.

تحليل الذات أمر بالغ الأهمية على الطريق الروحي. قد تكون مبغضاً أو نكد الطباع أو غضوباً. إن كان الأمر كذلك فإن هذه المزايا المختزنة في وعيك هي نتيجة تصرفك الماضي. ولكي تعزّل مستودعك النفسي من ذلك الأثاث "المتختخ" البالي يجب أن تشرع بالأفعال الإيجابية البناءة وبالإحساس بالمودة نحو الآخرين. فعلى قدر محبتك للناس سيحبك الناس وستشعر بمحبتهم. أما إن انتقدتهم ولو بينك وبين نفسك فإنهم سيحسون بذلك الإنتقاد وسيعيدونه إليك مضاعفاً!

افرض أن عدواً قديماً لك قد مات وبقيت مع ذلك تشعر بالحقد والكراهية نحوه، فستعاني نتيجة لتلك الضغينة وستظهَر

أعراضُها السيئة في جسمك وعقلك. من الأفضل أن تسامحه إكراماً لوجه الله لأنك بذلك تتحرر من رغبات الثأر الشريرة التي تفتك بسلامك النفسي وتمزق طمأنينتك. فتكديس الكراهية على الكراهية أو مقابلة البغضاء بمثلها لا تضاعف خصومة عدوك نحوك فحسب بل تسمم أنت أيضاً جسمك ومشاعرك نتيجة لذلك. فاصفح الصفح الجميل.

يجب أن يترك الإنسان بين الحين والآخر كل شيء ليكون مع ذاته لا غير، كي يتسنى له التفكير بغاية الحياة. معظم الناس عائمون على تيار من التقاليد والأزياء. في الواقع أنهم لم يحيوا حياتهم الخاصة أبداً بل يعيشون حياة العالم. فما الذي حققوه من ذلك وإلى أين وصلوا؟

لهذا من الحكمة أن ينتزع الإنسان نفسه بين الفينة والأخرى من المشاغل و"الواجبات" اليومية كي يهدّئ ثائرة عقله ويحاول معرفة ماهيته وتحديد الغاية التي يريد تحقيقها.

وتذكر أن أعظم شهادة يمكن أن تحصل عليها هي شهادة ضميرك: صوت الروح المميز الذي لا يُعلى عليه. ما يقوله لك ضميرك هو أنت على حقيقتك دون تمويه أو تزويق.

فكر بقوة السيد المسيح الذي قال "اغفر لهم يا أبتاه لأنهم يفعلون ما لا يعلمون."

وفكر بقوة النبي العظيم الذي قال: "ألا أدلكم على ما يرفع الله به الدرجات؟" قالوا نعم يا رسول الله. قال: "تحلم على من جهل عليك، ، وتعطي من حرمك، وتصل من قطعك وتعفو عمن ظلمك."

الإصغاء لصوت الضمير المستنير سيجلب النور إلى طريقك والبركة إلى حياتك. وعندما تشعر بدافع قوي في قلبك لتحقيق رغبة ما، استخدم تمييزك وسل نفسك: "أهي رغبة طيبة أم رديئة تلك التي أسعى لتحقيقها؟"

هناك مؤثرات عديدة تغذي الرغبات في الإنسان. فعندما يرى سيارة من آخر موديل يريد أن يمتلك سيارة مثلها. وعندما يرى بيتاً من طراز جديد، يرغب بامتلاك بيت مثله. زيّ جديد من اللباس يصبح شائعاً فتهفو له القلوب وتتلهف على شراء وارتداء ذلك الزي!

من أين تأتي الرغبات؟ لقد صرفتُ ساعات طويلة متفكراً بذلك. هل باستطاعتك تصنيف كل رغباتك؟ لقد تمكنتُ من فرز كل رغائبي وأبقيت على الصالح منها فقط. وعندما حصلتُ على الوصال الإلهي وجدتُ أن كل رغباتي الطيبة قد تحققت مرة واحدة. اليوم تشتهي شيئاً ما وغداً تتوق نفسك لشيء آخر. إن عقلك الذي انبثق عن الله القدير لا يمكن أن ترضيه بضاعة هذه الدنيا، ولن يرضى أبداً لأنك يا صديقي العزيز فقدتَ أعز وأنفـَس كنوز روحك الذي وحده له القدرة على إشباع حنينك وتحقيق أشواقك. ذلك الكنز المفقود هو الله.

صحيح أن هناك بعض الرغبات الطيبة أو الضرورية، وأنه يتوجب عليك العمل على تحقيقها. لكن أثناء محاولة تحقيق رغباتك الطفيفة لا تنسَ أولاً تحقيق رغبتك العظمى نحو الله. الإقتناع بضرورة تحقيق الرغبات والواجبات الصغيرة أولا هو وهْمٌ وخداع. لا زلت أذكر في بداية طريقي الروحي أنني كنتُ مسوّفاً ولم أتأمل بانتظام مع أنني بقيت أعلل نفسي بأنني سأخصص وقتاً للتأمل. مرت سنة كاملة على هذا النحو قبل أن أدرك أنني لم أنجز ما وعدت نفسي به. وعلى الفور قطعت عهداً على نفسي بأن أول شيء سأفعله في الصباح هو الاغتسال ثم التأمل على الله. لقد كانت المشاغل اليومية آنذاك كثيرة ولم يكن من السهل الإفلات منها ولو لفترة قصيرة. لذلك قررت أن أقوم بواجباتي الروحية أولا. وهكذا تعلمتُ درساً كبيراً: فواجبي نحو الله يأتي في الدرجة الأولى، ومن بعدها أهتم بالواجبات الأخرى الأقل شأناً.

لماذا ينبغي على الله أن يفتح أبواب الأبدية أمام الإنسان إن كان الإنسان يضع واجبات واعتبارات أخرى قبل الله؟ لقد ركـّب الله أجنحة روحية في نفوسنا ويتوقع منا أن نحلـّق في آفاق الروح. تلك الأجنحة هي أشواقنا الروحية وأفكارنا السامية وحنيننا الصادق إلى مصدرنا الإلهي.

فلنبحث عن الله أولاً. ليس من الحكمة إعطاء الواجبات الأرضية الأهمية القصوى لأن عزرائيل قد يستدعى الروح في أية لحظة وعندها ستتوقف وتنتهي كل الواجبات والإرتباطات

والمشاغل والإلتزامات مرة وإلى الأبد. فلماذا كل هذا التشبث في الحياة؟

يظن الإنسان أنه يستمتع بالأمن والطمأنينة فيفقد عزيزاً عليه على حين غرة، أو يفقد صحته أو عمله فيذهب الأمان والإطمئنان أدراج الرياح!

كم كانت محبتي لوالدتي عظيمة! كنت أظن بأنها ستبقى معي دوماً، ولكن فجأة وجدت أنها فارقتني وأنا طفل! يجب أن لا نرهب الموت بل نكون مستعدين له.

الحياة ليست كما تبدو. لا تضع ثقتك بها لأنها متقلبة مخادعة وزاخرة بالخيبات وتحطيم الآمال والأماني. لا يمكن العثور على الكمال هنا. لا أريد أن أعطيك صورة غير واقعية عن الحياة. هذا العالم ليس جنات النعيم. إنه مختبر إلهي حيث يمتحن الله النفوس ليرى ما إذا كانت ستقهر الرغبات الشريرة بالطيّبة وتجعله – أي تجعل الله – رغبتها العظمى، علها تتمكن من العودة إلى ملكوته.

الحياة تعج بكل ضروب التراجيديا والكوميديا.. المآسي والملاهي. إنها مشهد كبير متغير ومختلف الألوان لصنوف لا تقع تحت الحصر. ما من شيئين اثنين لهما نفس الشبه والمواصفات. حياة كل إنسان فريدة. كل واحد له قسمات وجه مختلفة، ذهنية مختلفة، ورغبات مختلفة. لو أننا حصلنا على نفس الإختبارات كل يوم لاعترانا الملل ولسئمنا العيش. وحتى الجنة لو كانت كل يوم على نمط واحد لما رغبنا بها. إننا نحب الألوان والأصناف. المفهوم التقليدي السائد عن الجنة خاطئ برمته. فلو كانت تبعث على الضجر لابتهل قديسو وأولياء الله من أجل الرجوع إلى الأرض للترفيه عن أنفسهم! الجنة دائمة التجدد بكيفية ممتعة إلى أقصى حد، بينما الأرض هي غالباً دائمة التجدد ولكن بكيفية مضجرة ومزعجة.

ومع ذلك، وبالرغم من كون الحياة مرهقة شاقة، يتعود عليها معظم الناس، محتسبين أنه ليس من طريقة أخرى للعيش. وإذ يعجزون عن مقارنة هذه الحياة بالحياة الروحية فإنهم لا يدركون مدى الألم والضجر الكامنين في تضاعيف هذه الدنيا.

بالحقيقة الحياة ليست حقيقية. إنها مجرد تسلية ليس أكثر. وكما أن الأفلام القديمة يعاد عرضها مراراً وتكراراً، هكذا تتكرر نفس الأحداث القديمة بصور مختلفة. وبالرغم من استمرارية الحياة إلى ما لا نهاية فإن نفس المواضيع المعروضة في أفلام ماضية يعاد عرضها الواحد تلو الآخر. حقاً أن التاريخ يعيد نفسه والناس قطع أثرية في متاحف الزمن.

لتفرغ الحياة ما في جعبتها من مفاجآت، تقبلها بفرح وموضوعية وتجرّد، غير متأثر عاطفياً كما لو كنت تشاهد فيلماً سينمائياً. إن ضحكة من القلب هي علاج مدهش لكل الأسقام البشرية:

يجب أن تتعامل براحة وأريحية مع الحياة. هذا ما تعلمته من معلمي. ففي بداية تدريبي الروحي في صومعته، كنت أقوم بواجباتي بوجه متجهم لا أبتسم قط. وذات يوم لاحظ معلمي ذلك وأشار قائلاً: "خير إن شاء الله! هل أنت في مأتم؟ ألا تعلم أن العثور على الله يعني تكفين الهموم ودفن كل الأحزان؟ لا تأخذ الحياة على محمل كبير من الجدية."

لقد علمني أن من واجب الإنسان أن يرتفع بفكره فوق كل المشوشات والمنغصات الأرضية حتى يتمكن من العثور على الحرية الكاملة في الله.

يجب أن يحافظ المرء على توازنه في الأفراح والأحزان، والربح والخسارة، والنصر والفشل حتى يتمكن من مواجهة تحديات الحياة بجرأة وثقة بالنفس.

المحافظة على التوازن النفسي بالرغم من كل الأحداث هي أفضل طريقة للتغلب على الرغبات المخادعة. هذا ما تعلمته من العظماء الذين لم تؤثر بهم أحداث الزمن، بل ظلوا صامدين عديمي التغير حتى النهاية. وحتى الأنبياء عندما عُذبوا لم يفقدوا وعيهم المقدس ولم يسمحوا لأحد بأن يسلبهم محبة الله. الفرح الروحي هو بحد ذاته حماية مباركة وهو أعظم حصن على الإطلاق. ووسط المحن والآلام تذكر الخيرات التي أنعم الله بها عليك. روحك هي معبد مقدس لله. ويجب عدم السماح لظلام الجهل بتدنيس ذلك المكان الطاهر. فما أروع أن يكون المرء في وعي الروح، عزيزاً كريماً، آمناً مطمئناً! لا تخشَ شيئاً ولا تكره

أحداً. امنح محبتك للجميع. اشعر بمحبة الله وابصر وجوده في كل الناس، ولتكن رغبتك الأقوى حضوره الدائم في قلبك. تلك هي الطريقة للعيش بسلام وطمأنينة في هذا العالم. إنما من الصعب تذوق هذا الرضاء الذاتي ما دامت رياح الرغبات العاتية تعصف في واحة القلب وتهز أشجارها هزاً عنيفاً.

تتشكل الرغبات طبقاً لبيئة الشخص. فهي وليدة مدركاتنا الحسية ومحدودة بمحدودية تلك المدركات. إن حضور معرض ريفي يحقق الرغبة في بعض الإثارة، لكن بعد أن تكون قد زرت معرضاً عالميا وشاهدت كل المعروضات المختلفة يفقد المعرض الصغير رونقه وقوته الجاذبة. وهكذا يجب أولا أن نتذوق فرح التواصل مع الله حتى نتمكن من المقارنة بين ذلك الفرح والمباهج الأرضية الأقل شأناً. عندئذ ستكون الرغبات ذات طبيعة أسمى. الرغبة لا نهاية لها، إذ ما أن تتحقق رغبة حتى تحل محلها رغبة أخرى. لكن عندما تعثر على الله تتحقق رغباتك كلها.

"اطلبوا أولاً ملكوت الله وبره، وهذه كلها تعطى لكم. (وما عند الله خير وأبقى.) فلماذا لا نطلب أولاً تحقيق تلك الرغبة العظمى ونحصل من يد الله الكريمة على الأفضل والأكثر دواماً؟!

عندما يستجيب الله لدعاء المريد في التعرف عليه ستتحقق كل رغباته الأخرى على الفور وللأبد.

يظن البعض أن لا رغبات لديهم. طيّب!

لقد لاحظت ما يحصل غالباً عندما يذهب الناس إلى السوق. قد لا تكون لديهم رغبة في شراء شيء بعينه، لكن فجأة يلفت انتباههم شيء ما فيفكرون "أي والله لازم أشتريه!"

وإن لم يشتروه في تلك اللحظة يبقى يراود أفكارهم ليل نهار إلى أن يشتروه أخيراً حتى ولو اضطروا لاقتراض المال. يفرحون به لبعض الوقت لكن بالتدريج يخبو رونقه وتتضاءل البهجة في امتلاكه فيرغبون في شيء آخر، وهلم جرّاً.

أحياناً نقابل شخصاً يقول: "آه لو عندي مبلغ كذا من المال (أو سيارة من طراز خاص أو مسبح أو.. أو..) وما أن تتحقق تلك الأمنية حتى يبزغ شوقٌ آخر لشيء جديد.

الرغبات البشرية ناقصة بطبيعتها ولذلك فإنها تعجز عن تحقيق السعادة الكاملة لأصحابها.

العالم سيحاول صدك عن التذكر بأن الرغبة الوحيدة الجديرة بالإعتبار هي العثور على الله. ولكن يجب أن تذكـّر نفسك بهذا كل يوم. عندما يقرر الإنسان الإقلاع عن التدخين أو عدم تناول الطعام بشراهة أو عدم الكذب أو عدم الغش فيجب أن يكون حازماً في مقرراته وألا يضعف. البيئة السيئة تمتص الإرادة وتوهنها وتخلق في الشخص رغبات خاطئة. تأخذ منه أفضل ما لديه وتعطيه أسوأ ما عندها. من يعش مع اللصوص يظن أنها تلك الطريقة الوحيدة للعيش. ولكن مصاحبة الأخيار توجه الفكر نحو الأمور السامية بحيث تعجز الرغبات الخاطئة عن إغراء الإنسان. كل شيء خاضع للتغير والتقلب في هذه الحياة. لكن بضعة لحظات من التأمل العميق أو مطالعة المواضيع الروحية النقية والتأمل عليها ستكون بمثابة رافدة من الإلهام تنقل الباحث الجاد عبر محيط الخداع والأوهام إلى الشواطئ الإلهية حيث (لا يمسهم فيها نصَبٌ وما هم منها بمُخرجين.)

(أعِدّتْ الراحةُ الكبرى لمن تعِبا   وفازَ بالحقِّ مَنْ لمْ يألـُهُ طلـَبا)

السعادة الحقيقية تكمن في الشوق لله ومداومة التفكير به. ومع المثابرة يأتي وقت يصبح فيه الفكر ثابتاً غير متأرجح بحيث تعجز أعظم بلية جسدية أو عقلية أو نفسية عن تحويل وعيك عن الله. أليس مدهشاً أن يحيا الإنسان بوعي الله والتفكير والشعور به كل حين، وأن تبقى في معقل حضوره الذي لا يُقحم، حيث لا يستطيع الموت ولا أي شيء آخر سلبك سلامك الباطني؟! (الذين آمنوا وتطمئن قلوبهم بذكر الله، ألا بذكر الله تطمئن القلوب.)

عندما تمسي محصناً ضد كل الشهوات تكون مستمتعاً بالحضور الأبدي.

غريبة هي هذه الحياة، إذ كل شيء خاضع للتغيير. لهذا يجب ألا يرسي الإنسان قارب سعادته على شواطئ هذه الحياة ذات الرمال المتحركة. إن زمننا سيزول، وما يراه الآن سيصبح في خبر كان يوماً ما. لا بأس من التغيير ما دمت لا تسمح له بإيذائك. وعندما يؤذيك فالثورة النفسية التي تشعر بها هي رسالة لك على عدم امتلاك الرغبات. عندما تكون آمناً في الروح الإلهي

تستمتع بكل شيء لكن دون تعلق أو ارتباط. لذلك فإن بذل المجهود للتعرف عليه هو أمر في غاية الأهمية لمن يهمه الأمر، وإلا فالحياة مخيبة للظنون، محطمة للآمال بكيفية مريعة.

عندما عدت إلى الهند سنة 1935 كنت أأمل في زيارة الأمكنة التي أحببتها في مرحلة الطفولة، لكنني رأيت لدى وصولي أن كل شيء قد تغيّر. فمسرح الحياة أعيد ترتيبه بكيفية مختلفة. وأكبر خيبة وصدمة كانت عندما زرت بيتي القديم في أيكابور حيث كنت ألعب وأشاهد الطيور. فشجرة واحدة بقيت من بين كل ما كنت أذكره. تلكم هي الحياة! الأشياء المألوفة العزيزة تغيب عن أبصارنا الواحد تلو الآخر. كنت على استعداد لبذل كل ما لدي في سبيل مشاهدة بيتنا مثلما كان زمن الطفولة. ومع ذلك فقد حقق الله أملي، إذ رأيت البيت فيما بعد مجسداً في الرؤيا، حيث سبحنا في البركة ثم صعدت إلى الطابق الثاني واستلقيت على السرير وأكلت المانغو، تماماً مثلما كنت أفعل منذ سنين عديدة قبل ذلك.

يجب فحص وتمحيص الرغبات بدقة كبيرة الآن، وفرزها جيداً والاحتفاظ فقط بالصالح منها، وعدم السماح حتى لتلك الرغبات الطيبة بخنق الرغبة الأهم في الله.

تلك الرغبة يجب أن تبقى حية ومتوقدة وألا يُسمح لها بالهمود أو الخمود. الإنسان واقع تحت وهم كبير عندما يطلب من الله كي يحقق رغباته الأرضية ولا يطلب منه أن يعرفه على ذاته. تصور ابناً دائم الطلب من والديه كي يحققا طلباته، وما عدا ذلك لا يسأل عنهما ولا يفتكر بهما. ذلك عقوق ونكران للجميل، وفي ذلك درس للمتفكرين.

عندما يُطبق كتاب الحياة هذا لن يرافق المرء سوى المعرفة الروحية التي اكتسبها في حياته إبان إقامته الأرضية الموقوتة. لذلك يجب أن يبقى الله نصب عينيه وأن يداوم التفكير به وألا يغفل عن ذكره إن كان مهتماً حقاً بمستقبله الروحي.
عندما نكون على اتصال مع الله سنجد أن كل الرغبات قد تحققت بكيفية غامضة. ولكن يجب أن نطلب الله أولا. إنه كريم وقد وهبنا كل شيء، ولكن لن نعثر عليه إلا عندما لا نبقى قانعين بعطاياه بل نتوجه إلى العاطي نفسه. وسنتعرف عليه ما دمنا

صادقين في مسعانا، جادين في رغبتنا في التقرب منه وملامسة حضوره المبارك.

أصعب عقبة تواجه الإنسان هي ذاته. فعندما يحاول الجلوس بهدوء والتفكير بالأمور الروحية تبزغ الأفكار الدنيوية فجأة لتصده عن قصده وتحول دون تحقيق مبتغاه. يجب أن يتدرب على التحكم بفكره وجسمه وبذلك سيحمل فردوساً نقالا في روحه. وفي الحياة أو الممات، وفي النعيم أو الجحيم، ستلازمه تلك السعادة العظمى.

يجب أن نصلي لله بعمق ونبثه شوقنا العظيم، طالبين منه بلغة القلب ولهفة الروح وهمس الوجدان كي يستمع إلينا ويستجيب. أما إن صلى الشخص بفتور وفكّر في نفس الوقت بشيء آخر يعلم الله أن المقام الأول ليس مخصصاً له في نفس ذلك الإنسان فلا يستجيب.

يجب أن نمتلك الله أولا. الوقت هو الآن. يجب عدم الإنتظار لأن الأوهام قوية للغاية. العمر ينقضي بسرعة ومن العار أن يغادر الإنسان هذا العالم دون التعرف على غاية الحياة. يجب أن نتأمل كلما سنحت لنا لحظة فراغ. وحتى لو لم تستجب صلواتك مبدئياً لا تقنط من رحمة الله بل تابع الابتهال. صلّ بإخلاص وثق أن دعاءك سيستجاب.

لقد رأيت في حياتي أعظم البراهين على استجابة الله للدعاء. ولكن تلك الاستجابة يلزمها بذل المجهود، إذ لا شيء ذا بال يأتي بدون مجهود. التأمل ضروري لرفع الغطاء عن أسرار الحياة والنفاذ إلى مملكة الله.

العادات الرديئة والمشوشات الأخرى كلها ستحاول أن تزعزع جهودك وتوهن عزيمتك. لكن إن أردت أن تكون سعيداً احتفظ بفكرك متجهاً نحو الله وستجده قريباً منك.

الرغبات في الملذات الأرضية تخلق جذباً مغناطيسياً يشدّ الإنسان شدّاً إلى هذه الأرض حياة بعد حياة. العودة إلى التجسد تصبح غير ضرورية بالنسبة للذين حققوا رغباتهم في الله. فحيثما يرغبون في تحقيق أية أمنية يفكرون بذلك الشيء فيتجسد أمامهم. لقد ظهرت والدتي أمامي بعد وفاتها فتعزيت برؤيتها وشكرت الله على جوده. حقاً أنه أكرم الكرماء وأرحم الرحماء.

فهو يحقق رغباتنا ليبرهن محبته وامتنانه لنا عندما نخصص له المكان الأول في قلوبنا.

عندما يتمكن الإنسان من التوصل إلى الله يصبح سيد الحياة وسيد القدر. يجب أن لا نهدأ قبل ترسيخ الكيان الإلهي في حياتنا. إنه سيمنحنا كل ما تشوقنا إليه وسيمتحننا.

التجارب والعقبات على الطريق الروحي كثيرة وكبيرة، لكن مع اجتياز تلك التجارب وتجاوز تلك العقبات يجب أن نقول: "يا رب، لقد استجبتَ لصلواتي وحققت أعظم أمنياتي فأصبح قلبي غنياً بحضورك وروحي مشرقة بنورك."

والسلام عليكم.

من أقوال المعلم برمهنسا يوغانندا

الناس يتذمرون من فكرة التخلي عن أمور معينة في الحياة مع أنهم في الواقع يتخلون عن أشياء كثيرة ذات قيمة ليس أقلها طمأنينة النفس، بل ويضحون أحياناً بأنفسهم من أجل المال الذي هو عرضة للتلف والزوال.

سلّموا أنفسكم لله وستجدون أن حياتكم أصبحت شبيهة بلحن إيقاعي جميل.

حولوا انتباهكم نحو الداخل من هذا العالم إلى مملكة الله ذات الاتساع العظيم الموجودة في داخلكم.

في سفينة السكون يمكنكم الإبحار إلى تلك الدنيا التي ما وراء أحلامنا حيث الينبوع الإلهي يتدفق دون انقطاع من أعماق القلب والروح.

ساعدني يا رب كي أقوم بأداء دوري في مسرحية الحياة بما يرضيك.. سواء كنت ضعيفاً أو قوياً، مريضاً أو معافىً، مشهوراً أو مغموراً، غنياً أو فقيراً.. مدركاً بأنك تحبني ولن تتخلى عني أبداً.

الثروة قد تؤخذ من الإنسان أو يؤخذ منها بمفارقة العالم ولا يستطيع أن يأخذها معه. القيمة الوحيدة تكمن في صرفها في الأعمال النافعة وفي إسعاد النفس والآخرين بما يرضي الله والضمير.

إن الذين لا يفكرون إلا بأمنهم وراحتهم ناسين أو متناسين احتياجات الآخرين هم في الواقع يغازلون الفاقة التي ستكون من نصيبهم يوماً ما. والذين يتشبثون بثروتهم بدلاً من استخدامها في أعمال الخير لا يجلبون إلى أنفسهم البحبوحة في حياتهم القادمة بل يولدون فقراء، برغبات ومشتهيات الأغنياء. أما الذين يشاركون الآخرين فيما لديهم من بحبوحة ورخاء يجذبون لأنفسهم الخير والوفرة أينما ذهبوا.

عندما تعطي المستحقين عن طيب خاطر ستجد أن الله معك دوماً ولن يتركك أبداً ولن تحتاج شيئاً... يجب ألا ننسى أن حياتنا تـُعال مباشرة من الله وعندما ندرك أن عقولنا وإراداتنا وأنشطتنا كلها تعتمد على الله وتستمد قواها منه سنحصل عندئذ على الإرشاد المباشر منه وسندرك أن حياتنا واحدة مع حياته اللانهائية.

التأمل يعطي البرهان على وجود الله. فحالما تُزيل تموجات الإحساسات من بحيرة العقل تنبثق الغبطة الإلهية من النفس. تلك الغبطة موجودة أصلاً في النفس لكنها مستترة بحجب.

يا رب سأستخدم قوة إرادتي وفكري لإنجاز الأشياء الصغيرة أولاً وبعدها أتحول إلى إنجازات أكبر.

حتى ولو تحققت كل الطموحات المادية فإنها لا تمنح مع ذلك سوى سعادة منقوصة. وبالعثور على الله سأكتشف خزانات الغبطة التي لا تنضب ولا تكف عن التدفق والجريان في بساتين الروح ومروجها الدائمة الخضرة

البيت: ميدان النصر الأعظم

إن صرَفَ الإنسان حياته في إثارة تلو الإثارة فلن يعرف طعم السعادة الحقيقية. يجب العيش ببساطة والتعامل مع الحياة براحة.. ومن المستحسن أن يختلي الشخص بنفسه ويقف مع

ذاته بين الحين والآخر ويمارس السكينة النفسية التي فيها شفاء وانتعاش وتجديد للقوى.

إن كانت المشتتات حاضرة طوال الوقت ومنبهات أخرى تحاصر الحواس كل حين فستعاني الأعصاب نتيجة لذلك وتـُصرف كميات كبيرة من الطاقة الحيوية في اللاشيء، وستشعر النفس بالتوتر والضيق. كما ينبغي عدم الإهتمام الزائد بإصلاح الآخرين بل يجب على الإنسان أن يقوّم نفسه قبل محاولته تقويم الغير.

وليكن معلوماً أن البيت هو ميدان النصر الأعظم. فالشخص الذي هو ملاك في بيته سيكون ملاكاً في أي مكان.

إن عذوبة الصوت، والسلام الذي يوحي به السلوك النبيل تمس لهما الحاجة في البيت أكثر من أي مكان آخر.

مثلما يستحيل بقاء الظلمة حيثما يسطع النور، هكذا يجب أن تتلاشى ظلمة المرض عندما يشع نور الله في خلايا الجسم، وقلائل هم الذين يدركون هذه الحقيقة.

عندما يشعر الناس برغبة قوية في الشفاء، يبتهلون بقلوب متقلقلة أو بشعور من اليأس، محتسبين أن الله لن يصغي لصلواتهم. أو أنهم يدْعون لكن لا ينتظرون ليعرفوا ما إذا كان دعاؤهم قد وصل إلى الله.

مثلما لا يمكن الإستماع إلى الموسيقى المبثوثة في الأثير باستخدام جهاز استقبال معطل، هكذا لا يمكن التقاط اهتزازات الصحة والقوة والحكمة المنبثقة عن الله بجهاز نفسي معطل بالمخاوف والهموم وكل ضروب القلق والشكوك وعدم اليقين.

دعنا نتذكرك ونشكرك يا رب في الفاقة والرخاء، وفي المرض والشفاء، وفي الظلمة والنور، وفي كل الظروف. فلنتذكر بامتنان أيام العافية التي جدت بها علينا.. وساعدنا كي نفتح عيون الإيمان كي نبصر نورك المبارك الشافي من كل الأمراض والعلل.

أنا ربَّان سفينة تفكيري الخيِّر وإرادتي الطيبة ونشاطي النافع المثمر. سأوجّه دفة سفينة حياتي شاخصاً على الدوام إلى كوكب سلامه المتألق في سماء تأمُّلي العميق.

سأستخدم موهبة التفكير الخلاق كي أحرز النجاح في كل عمل أقوم به. الله سيساعدني إن حاولت أنا أيضاً مساعدة نفسي.

اليوم سأحرث حديقة الحياة بمجهود جديد وسأزرعها ببذور الحكمة والصحة والرضا والسعادة. سأسقي البذور بالإيمان والثقة بالنفس وسأنتظر العلي القدير كي يجود عليَّ بالمحصول العادل. أما إن لم أجنِ المحصول المنتظر فسأظلُّ مع ذلك شاكراً ممتناً لرضا الضمير في محاولتي بذل ما في وسعي.

سأحمد الله لأنني قادر على تكرار المحاولة إلى أنْ أحرز التوفيق بفضله تعالى. وسأشكره عندما أفلح في تحقيق أمنية قلبي الكبيرة. سأحاول أن أفعل فقط الأعمال النبيلة اللائقة محبة بمرضاة الله.

العالم يضج ويعج بالعواصف الطبيعية والبشرية، والله هو الدرع الحصين والملاذ الآمن من عواصف هذا العالم وأعاصيره وشروره. فحيثما وُجد الله لا وجود للخوف أو الأحزان. والمؤمن الحق يقف راسخاً وشامخاً في معركة الحياة ومصطرع الأحداث، موقناً أن الله معه يرد عنه الأذى ولا يتخلى عنه لحظة واحدة، فينعدم الخوف من قلبه ويحل اليقين بحماية لا تُقحم.

عدم الخوف يعني الإيمان بالله وبحمايته، والإيمان بعدله وحكمته ورحمته وحبه وحضوره الكلي.

الخوف يسلب الإنسان قواه النفسية ويشوش على العقل ويعيق ويعرقل وظائف القلب التوافقية. كما أن الخوف يخلق اضطرابات جسدية ويتسبب بأمراض نفسية. وبدلاً من الإستكانة للقلق والحصر النفسي يجب أن يؤكد الشخص لذاته بأنه آمن في حمى الله البصير السميع، مطمئن في حصنه المنيع، مشمول برحمته ورعايته.

وسواء كان الشخص في أدغال أفريقيا أو في ساحة الحرب أو يعاني من المرض أو الفقر يجب أن يقنع نفسه بأن يد الله أقوى من الخطر وقادرة على حماية المستجيرين به. لا توجد من طريقة أكثر فعالية للحماية. طبعاً يجب أن يستخدم المرء المنطق في تعامله مع الأحداث وفي نفس الوقت يثق ثقة تامة

بالعون الإلهي. والإيمان لا يعني أبداً أن يكون الإنسان متهوراً ولا يتعامل بحكمة مع الظروف، إنما بغض النظر عما يحدث يجب أن يؤكد الشخص لذاته أن الله وحده قادر على مساعدته في الظروف الصعبة والعصيبة إن هو توجه إليه بقلبه وروحه وأحاسيسه جميعاً.

عندما تنهال المصاعب كالتيهور أي الانهيار الثلجي، فيجب عدم السماح لها بأن تشل الإرادة وتحجب الرؤية الدقيقة للأمور والتعامل معها بحنكة ومنطق، بل يجب الإحتفاظ بالإيمان بالله وبالإحساس الباطني البديهي، ومحاولة العثور على مخرج للنجاة، وسيتم العثور عليه بعونه تعالى. وستنصلح الأمور في نهاية المطاف لأن قوى الله وعجائبه محتجبة خلف تناقضات الحياة البشرية، ومن لا يقتنع بحتمية الأوضاع ويحاول النفاذ بعقله وإيمانه إلى ما وراء الحجاب سيُفتح له الباب الذي بكل يدٍ مؤمنةٍ يُدقُ.

في الحياة ظلام دامس وأحياناً تتعثر الأقدام وتحجم عن الإقدام، ويجب أن نجعل نور الله مصباحنا الكشاف أثناء سيرنا على دروب الحياة المظلمة. الله هو بدر التمام في ليالي الجهل والظلام.. وهو شمس الإشراق في ساعات اليقظة، ومنارة الإرشاد ونجم القطب لعابري بحور ظلمات الوجود الأرضي الموقوت.

المشاكل ستتواصل في العالم، فإلى أين يمكن التوجه طلباً للإرشاد والهداية؟ أفكار المرء المستوحاة من عاداته وتحامله وأحكامه المسبقة وتعصبه لا تجدي نفعاً، ومؤثرات بيئته وعائلته وبلده أو عالمه لا قدرة لها على التوجيه الصحيح. ولذلك يجب التوجه إلى الله والإصغاء للصوت الهادئ الهادي الصادر من أعماق النفس المتناغمة مع الحق.

الفرق بين الإستذهان والإستبطان الروحي

إن برمجَ الإنسان نفسه بمعرفة نظرية سيصبح كجهاز تسجيل متنقل يكرر أقوالاً مأثورة ويردد عبارات سامية فيعتبره

الآخرون عالماً متفقهاً. لكن مثل تلك المعرفة لا يعززها إدراك مباشر للحقيقة ولا يوازيها تحصيل روحي. هذا النوع من التثقف أو الاستذهان يُبقي "الأنا" مرتبطة بالعقل الحسي المقيد بدوره بالحواس المادية المحدودة. لا قدرة للمعرفة النظرية على اكتساب العلم الإلهي، ومن المستحسن ألا يصرف المرء وقته الثمين على نظريات لا يمكن تطبيقها على أرض الواقع وإلا سيجد نفسه في خضم أدغال فكرية كثيفة غير قادر على تخطي نطاق النظريات.

هذه العملية لن تفضي إلى معرفة الحقيقة لأن الحقيقة تكمن ما وراء الآراء والنظريات وكثيرون ممن ينتهجون هذا الأسلوب يصبحون مقيدين باستنتاجاتهم الذاتية.

إن استخدم الإنسان قواه العقلية لكسب المال والأمور المادية لا غير سينجذب وعيه إلى العالم المادي ويصبح مشتبكاً في تعقيدات لا نهاية لها. لذلك يقول الحكماء يجب على الإنسان ألا يكرّس كل قدراته العقلية التي وهبها له الله للبحث عن أمور زائلة وإلا سيفقد ذاته في متاهات المادة ويخلق لنفسه قيوداً ومحدوديات هو بغنى عنها، ويجب بدلاً من ذلك أن يستخدم قواه العقلية في تحصيل ضرورات العيش والسعي لتطوير ملكاته المعنوية بغية التمييز بين الخطأ والصواب والضار والنافع. وعندما ينمّي بصيرته الروحية سيتمكن من الإحساس بالله في داخله والتيقن من الحقائق الروحية المتوارية خلف حجب المادة الكثيفة وهذه الحالة تدعى الإستبطان الروحي.

مهما كانت شواغلنا يجب أن يحتل الله المقام الأول في حياتنا. ومن أهم مقومات النمو الروحي هو الهمس الوجداني المتواصل لله حيث ستلمس بنفسك تغيّراً إيجابياً رائعاً سيعجبك كل الإعجاب.

عندما يرغب الشخص في رؤية عرض ما، أو شراء ثياب أو سيارة جديدة، أليس صحيحاً أن عقله يكون منهمكاً طوال الوقت بتلك الأمور وكيفية تحقيقها أو الحصول عليها؟ ولن يهدأ باله ما

لم يحقق رغباته، بل يظل يعمل دون توقف لتحقيق تلك الرغبات.

وهكذا يجب أن ينهمك عقل الإنسان بالتفكير بالله وستتحول إذ ذاك كل الرغبات الصغيرة الأقل شأناً إلى رغبة قوية للإحساس بالله والتواصل معه

عندما يهمس الفكر لله همساً وجدانياً حاراً نابعاً من أعماق نفس مشتاقة

سيلامس نداء الروح القلبَ الكوني، وستأتي الإجابة ومعها فرح عظيم

الهمس الفكري ينمي الإرادة، إلى أن تمتلك من القوة ما يكفي لتحقيق الهدف المنشود

عندما يتناغم عقل الإنسان وإرادته مع الله، فإنهما يُشحنان بقوة لا حد لها، بحيث يصبح مجرد التفكير بأمر ما كفيلاً بتحقيقه، لأن القانون الإلهي يعمل لصالح المتناغمين مع الإرادة العليا

إن جميع الإنجازات البارزة في حياتي تحققت عن طريق قوة العقل المتناغم مع الله. فعندما يكون مولّد الكهرباء الإلهي شغالاً يتحقق كل ما أتمناه دون استثناء، إذ يرتسم أولاً كتصميم أثيري غير منظور ثم يتجسد بقوة لا تقاوم على أرض الواقع.

سر النمو

إننا ننمو من خلال كل تجربة نمر بها ما دمنا ندرك أن بمقدورنا استخلاص دروس نافعة منها. فلكل ما نختبره من ألم ومعاناة معنىً وغاية.

وبالرغم من قسوة التجارب، لكنها كالنار التي تصهر خام الحديد لتحوله إلى فولاذ جميل المنظر، قوي التحمّل ومتعدد الإستخدامات، وفولاذ الحكمة الذي نستخرجه بفعل نيران التجارب الحارقة هو شيء رائع. فالحياة تطهرنا بتحويل معادننا الخسيسة إلى عناصر نفيسة بحيث يمكننا أن نعيش في هذه

الحياة كنفوس نقية بنقاء الجواهر، صلبة بصلابة الفولاذ، وفي نفس الوقت مرنة وقابلة للإنحناء دون التعرض للإنقصام تحت ضغوطات المحن والتجارب الصعبة.

عندما نرى وجوهاً مشوهة بالغضب، ممسوخة بالوحشية يجعلنا منظرها نرغب بطرد البشاعة من النفس التي لا يدنسها شيء كنوايا الشر والأحقاد الدفينة التي تحجب الصورة الإلهية المباركة في الإنسان مثلما يلوث السخام صفحة المرآة. فتصرفات الآخرين المؤلمة يجب أن توقظ بنا الرغبة لتحسين تصرفنا وضبط أنفسنا كي نكون سادة لأهوائنا الجامحة لا عبيدا لها

الكلام العذب ترياق عجيب للعديد من الأمراض وفيه قوة سحرية ومغناطيسية جبارة تجلب الكثير من الخيرات والبركات لصاحبه. فالذي يستخدم الكلام العذب المهدّئ للخواطر يشعر بتيار خفي ينساب من خلاله دون انقطاع ويمتلئ كيانه بفيض من الطمأنينة لأن ذلك التيار متصل بمصدره الأعلى الدائم التدفق والجريان إلى النفوس المتناغمة مع ذلك المصدر، وسيتمكن من نقل سيّال السعادة إلى النفوس المتعطشة للسلام

كل يوم ينظر الإنسان في المرآة لرؤية وجهه لأنه يريد أن يظهر على أحسن ما يرام أمام الآخرين، فكم بالحري أن يقف يوماً مع ذاته ويحدّق في مرآة التحليل الباطني لمعرفة ما يكمن خلف المظاهر السطحية البراقة! فكل ما هو جذاب ظاهرياً يستمد جاذبيته من نفس الإنسان الباطنية. وما من شيء يلطخ مرآة النفس النقية كالتشوهات النفسية المتمثلة في الغضب والحقد والحسد والكراهية... ومن يحاول تحرير نفسه من هذه المركّبات الغريبة على طبيعة الروح سيشع نور الجمال الباطني من داخله

بالتحليل نكتشف أن مشاكل الإنسان هي ثلاثية: فهناك مشاكل واضطرابات تهاجم جسم الإنسان وأخرى تهاجم عقله وهناك صنف ثالث يسد منافذ الروح.

المرض والشيخوخة والموت هي الصعوبات التي يتعرض لها الجسد والعقبات التي تعترضه. أما الأمراض النفسانية فتغزو العقل عن طريق الحزن والخوف والغضب والرغبات الدفينة والتذمر والكراهية والوساوس العاطفية وحمّى الهيجان العصبي والسرطان النفسي الذي يشل القوى العقلية. أما المرض الأخطر فهو مرض الروح الذي يتمثل في الجهل الذي عنه تنبثق ومنه تنسرب باقي الأمراض

الخير أكثر من الشر في العالم

عندما تراودنا الشكوك فيجب أن نتذكر حياة العظماء. صحيح أننا كائنات بشرية لكن الله أيدنا بقوىً فائقة نادراً ما نستخدمها، فلمَ الإرتعاد خوفاً من الشيخوخة والمرض والحزن؟ يجب أن نفعل ما بوسعنا للعناية بالجسد، لكن ينبغي عدم الإستسلام للمخاوف وعدم دفن أنفسنا تحت أكداس الجهل.

الجسد ليس الإنسان بكامله

الخير أكثر من الشر في هذا العالم لأن الله هو القوة العظمى. لكن عندما تأتينا الشرور نفكر أن لا قدرة لنا على التحكم بها والتحرر من قبضتها

عواصف الشر لا بد أن تهب، ولكن باستطاعتنا التخلص من مؤثراتها والترفع المعنوي عنها

لم تُمنح الحياة لكي تهلكنا الحياة، بل كي ترسّخ بنا وعي الخلود، ويجب أن نتذكر هذه الحقيقة

بدون حرية الفكر لا يمكن الإعراب عن النفس بكيفية نقية، تلقائية، وطبيعية. لا تنسَ أنك في جوهرك حر طليق. قوة الإرادة هي حرة على الدوام

إن استخدمتَ قوة إرادتك على النحو الصحيح فإنها ستخلق لك كارما جيدة، لكن معظم الناس لا يرغبون بالتبديل ولا يريدون

بذل المجهود، فينهارون أمام المصاعب ولا قدرة لهم على مواجهة التحديات.

إن قيام الإنسان بكل ما يحلو له ليس حرية لأن الإنسان مقيد برغباته، ولذلك لا يمكن أن يُدعى تصرفه حرية على الإطلاق. الحرية الحقيقية معناها القيام بكل شيء بإرادة موجهة بالحكمة. باستطاعة الشخص التحكم بنتائج أعماله السابقة التي تتعقبه دون إبطاء إن قام بتفعيل إرادته واستخدامها في الأعمال الطيبة والنافعة. إن سيّرت أعمالكَ بالعقل وقوة الإرادة فإن قوى أعمالك الخاطئة السابقة ستضعف والعادات الناجمة عن أعمالك الطيبة ستتقوى.

إننا نرغب على الدوام بالأشياء التي لا نمتلكها ونتعلق بأمور غير جوهرية. وحالما يستحوذ علينا شيء ما نكون قد فقدنا حرية إرادتنا لبعض الوقت. وكما أن الشرقيين مستعبدون لعادات قديمة هكذا الغربيون مستعبدون لعادات عصرية حديثة. إننا نصنع قدَرنا بأيدينا ونصبح مقيدين بأقدارنا

لماذا يولد طفلٌ ما في عائلة شريرة بينما يولد طفل آخر في عائلة طيبة؟ لقد استخدم كل منهما حريته للعيش بكيفية ما في الماضي (في حياة سابقة) وبذلك جلب لنفسه تلك الظروف في هذه الحياة

لا توجد حرية حقيقية بدون الله. يجب أن نفكر به على الدوام. ومهما كانت مشاغلنا وتفكيرنا يجب أن يحتل الله المقام الأول في قلوبنا، وعندما نتوافق معه حقاً ستُعطى لنا القدرة على إنجاز ما يتعين علينا إنجازه، في أي وقت، بعونه تعالى

نصائح للمريد

سأل أحد التلاميذ المعلم برمهنسا كي يعطيه بعض نصائح في تطوير الذات فقال: إن أردت أن تكون محبوباً فابدأ بمحبة الآخرين الذين يحتاجون إلى محبتك

وإن كنت تتوقع من الآخرين أن يكونوا مخلصين معك أوفياء لك، فكن مخلصاً معهم وفياً لهم

وإن رغبت في أن لا يتصرف الآخرون بخبث ودهاء، فلا تسمح للمكر بالتسرب إلى أفكارك، ولا تتصرف على نحو يؤذي الآخرين

وإن أردت أن يتعاطف الغير معك فابدأ بإظهار التعاطف نحوهم، لا سيما تجاه الذين من حولك

وإن رغبت في أن يحترمك الآخرون، فعليك أن تبدي احتراماً نحو الصغير والكبير منهم

وإن أردت السلام من الآخرين، فيجب أن تحيا حياة يسودها الوئام

وإن رغبت في أن يكون الناس متدينين، فكن روحيّ الطباع ودع الآخرين يشعرون، أنك قدوة حسنة وبإمكانهم الركون إليك والوثوق بك

وباختصار، فكل ما تريد أن يبديه الآخرون من مزايا طيبة، أظهره في حياتك أولاً، وستجد أن الناس يتفاعلون معك بنفس الكيفية.

إن استطعت التعرف على المجالات التي تحتاج إلى تطوير وإصلاح في حياتك دون أن تشعر بالتثبيط أو تنمي عقدة النقص.. وإن عملت باستمرار على تحسين شخصيتك، عندئذ سيكون الوقت التي تمضيه أجدى وأكثر نفعاً مما لو صرفته في التمني بأن يحسّن الناس أنفسهم. إن لمثالك الحسن وتصرفك السليم قدرة أكبر على تغيير الآخرين من مجرد تمنياتك وغضبك وكلماتك.

يا رب، أنت منبع الخيرات ومصدر كل القوى. باركنا كي نظهر نعمك علينا في صحتنا و طموحاتنا الفكرية وفي تعبيراتنا الروحية. أنت الوهج في النجوم والطاقة في الذرات والطيبة في

القلوب والجمال في الصدق... ساعدنا كي نشحن أنفسنا بقوّتك العظمى.. بحكمتك اللامتناهية وبأصالتك التي لا حد لها.

دعنا ندرك يا رب أنك ينبوع الصحة ومحيط الحياة ومنبع كل فهم ومعرفة. حررنا من الجهل وآثاره ومن المخاوف والهموم وليجرف طوفان حكمتك كل حطام وركام من حياتنا.

مزّق يا رب الحجب التي تواري وجهك عنا. دعنا نبصرك نوراً شديد السطوع كشموس لا حصر لها في أفق حياتنا.. ودعنا نشعر بك كقوة دائمة التجدد تلهم أفكارنا، وتغذي أرواحنا، وتعيل أجسامنا، وتحقق أحلامنا.

أوم، آمين.

معظم الناس لا يعرفون السبب من وجودهم على هذه الأرض، ويظنون أن غاية الحياة هي تحقيق الرغبات وتحصيل ضرورات العيش والتماس المتع والحب البشري، والإستسلام للداعي الأخير في نهاية المطاف.

يبدأ الناس حياتهم مبرمجين بميول معينة، ورغبات لم يتم تحقيقها في الماضي ويحاولون – بما تبقى لهم من إرادة حرة – تقليد رغبات وتصرفات أحدهم الآخر، فإن خالطوا رجال أعمال، يريدون أن يصبحوا مثلهم، وإن عاشروا فنانين، يصبح الفن كل شيء بالنسبة لهم

الله يريدنا أن نكون عمليين في هذا العالم، فقد منحنا جوعاً يقتضينا العمل من أجل إشباعه لكن البحث عن الطعام والمأوى والمال والممتلكات لا غير يعني أن ينسى الإنسان مصدر سعادته.

صحيح أنه يتعين علينا أن نعمل من أجل الحصول على احتياجاتنا وأن نسعى لتحقيق أهدافنا المشروعة ولكن يجب أولاً وقبل كل شيءأن نفتح قلوبنا لله ونطلب هدايته ورضاه فيما نفعله عندئذ لا بد أن ننجح في مدرسة الحياة لأننا سنتلقى توجيهاتنا من المدير والمدبر الأعظم الذي يعرف ما نحتاجه وما

هو الأفضل بالنسبة لنا. ولذلك يجب أن نضع ثقتنا به ونمتثل لإرادته الحكيمة.

من محاضرات المعلم برمهنسا

عندما تعلو سعادة النفس الكامنة في أعماق الذات طبقة كثيفة من المتع الحسية الزائلة يخبو وهج الروح الذهبي وتتوارى قدرات النفس الشفافة خلف كثافة المادة. وعندما ينجذب عقل المرء إلى الغيرة والحسد وتغلفه غيوم المخاوف والهموم يصبح تعيساً بائساً ومغلوباً على أمره. ولكنه عندما يوجّه نفس الانتباه نحو المحبة والسلام والإنسجام يشعر بسعادة فائقة.

النفس تشعر بالسعادة عندما تتحول من الشهوات الجسدية الممزوجة بالمعاناة والشقاء إلى مزايا الروح الشفافة العابقة بالمباهج الراقية.

إن انغمستْ النفس انغماساً تاماً بالملذات الدنيوية الخشنة تصبح غير مهتمة بالبحث عن المسرات العليا وغير قادرة على تذوق أفراح الروح. كثيرون قد يجادلون بأن التخلي عن المتع المادية هو أمر أقرب إلى المستحيل في هذا العالم أو أثناء العيش مع أشخاص تتمحور أفكارهم حول الشؤون المادية البحتة، لكن من غير المطلوب من الإنسان العادي أن يهجر العالم ويذهب إلى الجبال والغابات كي يعثر على الطمأنينة والسلام بل يتعين عليه أن يكون في هذا العالم دون أن يدع تياراته القوية بأن تجرفه كيلا تطغى عليه أمواج الدنيا الصاخبة.

يجب ألا يكون الشخص سلبياً تجاه محيطه، وفي نفس الوقت يجب ألا يسمح للماديات بأن تعمي بصيرته حتى لا يفقد الصلة بطبيعته الروحية ويصبح غير قادر على تذوق مباهج الغبطة ومعاينة الأنوار الإلهية.

الحياة بجوهرها ومكوناتها وأهدافها، هي لغز صعب فهمه لكن لا يعصى على الحل، وبتفكيرنا التقدمي نقوم يومياً بحل بعض أسرارها.

الأجهزة القائمة على أسس علمية دقيقة في هذا العصر، تبعث بكل تأكيد على الإعجاب، والإكتشافات التي يأتي بها العلم تمنحنا رؤية أوضح، عن الطرق التي يمكن بواسطتها تحسين العيش. لكن بالرغم مما لدينا من أجهزة ومخترعات واستراتيجيات، يبدو أننا ما زلنا كالدمى في يد القدر، وأن الطريق لا يزال طويلاً أمامنا قبل أن نتحرر من سيطرة الطبيعة.

بكل تأكيد أن العيش تحت رحمة الطبيعة ليس حرية، فعقولنا المتحمسة يطغى عليها ويكبلها إحساس من العجز، عندما نشعر أننا ضحايا الفيضانات أو الأعاصير أو الزلازل، أو عندما تختطف منا الأحداث – دون سبب منطقي - أحبتنا القريبين من قلوبنا، فندرك عندئذ أننا لم نحقق الكثير من الإنتصارات، ولم نتمكن من التغلب على الظروف المعاكسة، إذ بالرغم من كل جهودنا لجعل الحياة كما نريدها أن تكون، ستظهر دوماً ظروف معينة على هذا المسرح الأرضي، وأحداث يوجهها عقل جبار لا نعرف عنه الكثير، يعمل بمعزل تام عن آرائنا وإرادتنا، وأفضل ما يمكننا القيام به هو العمل وإدخال بعض التحسينات.

إننا نزرع القمح ونصنع الطحين، لكن من الذي خلق البذرة الأولى؟ نأكل العيش أو الخبز المصنوع من الطحين، ولكن من الذي منح أجسادنا القدرة على الهضم وتحويل الطعام إلى غذاء؟

في كل ركن من أركان الحياة يبدو أن هناك يداً إلهية لا غنى عنها ولا يمكننا تسيير أمورنا بدونها، وبكل ما نملكه من يقينيات لا نعرف متى سيتوقف القلب عن أداء وظيفته. من هنا تبزغ ضرورة الإتكال الجريء على القوة الإلهية العظمى والإعتماد على ذاتنا العليا، المنبثقة عن تلك القدرة الكلية التي نحن مصاغون على مثالها.

يجب أن نمتلك إيماناً متحرراً من الكبرياء، وأن نسير بثقة على دروب الحياة

دون ذعر وارتعاد، ودون ضيق وانحصار.

التعامل مع الحساسية

التغلب على الحساسية هو من الفنون الدقيقة، والتحكم بسرعة التأثر أمرٌ مهم من أجل تنمية شخصية وازنة متوازنة.

تنجم الحساسية عن سوء الفهم وعقدة النقص، وعن الكبرياء المنتفخة و (الأنا) المضخمة.

عندما يفكر الشخص بأن مشاعره قد تعرضت للرضّ تسري تلك الفكرة في عقله فتثير أعصابه التي تتوفز بدورها وتتمرد.. فتشتعل نيران الغضب في قلبه بسبب المشاعر المرضوضة، ومع ذلك هناك أشخاص لهم القدرة على التحكم بانفعالاتهم فلا تظهر أعراضها بالرغم من احتدام الغيظ في داخلهم. آخرون يظهرون انفعالهم من خلال ردود فعل فورية تبدو في عضلات العينين وقسمات الوجه، ومن خلال ردود لفظية قاطعة كالشفرة.

إن للتأثر المفرط مضاعفات خطيرة، فهي تزيد الموقف تعقيداً وتخلق اهتزازاً غير مستحب يؤثر سلباً على الآخرين.

يجب بذل المجهود لضبط النفس والتحكم بالأعصاب، ونشر هالة من الفهم والتفاهم تشحن الجو بالسلام بدل الإحتدام وتبدد منه أبخرة التوتر. ومن يفعل ذلك يكون سيد نفسه وسيكافئه الآخرون من حوله بالتقدير والإحترام.

الحساسية المفرطة ميزة يشترك فيها معظم الناس، وعندما تثور هذه العاطفة غير المنطقية فإنها تعمي البصيرة وتسمل عينيّ الحكمة. والأدهى من ذلك، فإن الشخص سريع التأثر يظن أنه يفكر ويشعر ويتصرف على نحو سليم لا غبار عليه، مع أن سلوكه قد يكون مغلوطاً جملة وتفصيلا!

كثيرون يعتقدون أنه يتعين عليهم الإشفاق على أنفسهم عندما يوجه لهم النقد، وذلك التعاطف الذاتي يجلب لهم بعض التنفيس. لكن مثل هؤلاء كمدمني المخدرات، كلما تعاطوا جرعة جديدة كلما زاد إدمانهم.

إن الشخص سريع التأثر غالباً ما يتألم دون طائل. وفي معظم الأحيان لا أحد يعرف سبب معاناته أو طبيعة تظلمه، فيزداد حسرة في عزلته الداخلية التي يفرضها على نفسه بنفسه. لا يمكن تحقيق شيء بالاجترار الصامت لما يعتبره الشخص إساءة تعرّض لها أو نقداً وُجّه إليه. ومن الأفضل التخلص من مسببات تلك الحساسية المفرطة بالتحليل الموضوعي وبتفعيل ضبط النفس.

لهذا النوع من الحساسية غير الصحية أضرار بالغة، فهي تلتهم القلب كالنار وتدمر أنسجة السلام، ولذلك يتوجب التعاطي معها بحكمة ومنطق وإرادة حازمة.

***

إنني أعمل بجد واجتهاد لخدمة الجميع ولكن عندما أعتكف للتأمل بمفردي لا أسمح لأحد بأن يشوّش على تأملاتي. الأمور الأخرى تنتظر أما الموعد اليومي مع الله فيجب عدم إهماله أو إغفاله.

قبل الإقدام على عمل ما، توقف وتفكر ملياً بالنتائج ومدى تأثيرها على نفسك وفكرك وجسمك. فالتصرف الناجم عن دافع إكراهي ليس تحرراً لأن نتائج الأعمال المخالفة لقانون التوافق والإرتقاء ستقيد الفاعل.. أما القيام بالأعمال التي يقرها التمييز ويرتاح لها الضمير فهي حسنة وتجلب الحرية لصاحبها.

عندما تعتزم القيام بأمر حسن، أو الامتناع عن فعلٍ شيء سيء، وتتمسك بذلك القرار وتعمل بموجبه فاعلم أن حظك من الحرية وفير.

يريدنا الله أن أن نستخدم حرية الاختيار الممنوحة لنا كي نبحث عنه ونعثر عليه لكنه لا يريد أن يفرض نفسه علينا.

الرغبة في التقرب من الله والتعرف عليه لا تأتي من تلقاء ذاتها بل يتعين تفعيلها وتنميتها، وبدون تلك الرغبة لا قيمة ولا طعم للحياة.

دع بصيرتك الروحية توجه تفكيرك وسيحالفك النجاح حيثما توجهت.

لله كرّست صوتي ويديّ وقدميّ وقلبي وجسدي ومشاعري وإرادتي .. وكل شيء.

المحبة هي السلاح الروحي الذي ينهي كل الحروب.

ما وراء هذه الأرض هناك عوالم لا محدودة حيث سنلتقي ثانية بأولئك الذين حسبنا أنهم فارقونا للأبد.

هذه الحياة الدنيا دائمة التقلب.. كآبة تتلوها كآبة.. وأوهام من خلفها أوهام. يجب أن يتلاشى هذا السراب المترائي على صحراء وعينا ويجب أن نبتعث ذاتنا الحقيقية من تحت حجب المادة الكثيفة.

لا تحاول أن تبني آمالك على هذه الحياة. أين ضمانك؟ إنك آمن فقط عندما تتحصن في معرفة الله.

جوهر النفس يشبه الذهب العتيق المطمور تحت التراب، وعند إزاحة التراب عن الذهب وغسله بماء التأمل يتوهج من جديد بكل نقاء وصفاء.

دعنا يا رب نبصر ما هو حسن.. وأن نفكر الأفكار السليمة.. وأن نخالط ذوي السيرة الطيبة.. وساعدنا كي نفكر بك ونتأمل عليك يا من أنت نبع كل صلاح ومصدر كل خير.

التحرر من الضعف

إن أفضل طريقة للتخلص من الضعف هي عدم التفكير به وإلا ستكتسح فكرة الضعف الوعي وتستبد بملكات النفس. عندما نجلب النور إلى داخلنا ستتبدد الظلمة كما لو لم تكن.

تلك الفكرة تجلب لي إلهامات رائعة.

عندما يتم إدخال النور إلى كهف استوطنته الظلمة منذ آلاف السنين ستتبدد الظلمة على الفور. وبالمثل، تتلاشى نقاط

الضعف ومعها الأخطاء عندما نسمح لنور الله بالدخول إلى وعينا ولن تتمكن ظلمة الجهل من البقاء. تلك هي الفلسفة التي يجب أن نحيا بموجبها.

التسويف لا يجدي نفعاً.. فدولاب الحياة لا يتوقف وأيام العمر تمضي متسارعة.. وكل دقيقة نصرفها في التفكير النيّر والتصرف السليم هي استثمار ناجح ورابح في مجال سعادتنا.

كثيرون يصرفون العمر كله بالتفكير في المال والجنس والشهرة ونادراً ما يركّزون على الأمور الجوهرية التي تجلب لهم الطمأنينة وترفع وعيهم إلى مستويات أعلى.

مهما كان الدور الذي يلعبه الإنسان متواضعاً فإنه يعتبر ناجحاً في نظر الله إن هو عرف كيف يصرف وقته بحكمة ويوجّه أفكاره في مسارات صحيحة.

عندما يشرق نور الله على الإنسان لا يشعر أنه بحاجة لشيء لأن الفرح الذي يغمره يحقق كل أحلامه ويجعله يحس في قرارة ذاته أنه أغنى الأغنياء وأسعد السعداء في هذه الحياة.

نفق النور

من يتيقظ به الوعي الروحي بالأفكار النيرة والأعمال الخيّرة والمشاعر الطيبة والتأمل العميق يمكنه الإحساس بمغادرته الجسد وقت الرحيل النهائي عن طريق العين الروحية. اليوغي يمارس أثناء إقامته الأرضية رؤية نفق العين الروحية عند الحد الفاصل بين المادة والروح ويستطيع لحظة مغادرة الأرض دخول هذا النفق المضيء والإنتقال من هذه الدنيا إلى فضاء الله اللامتناهي حيث النور والفرح والسلام والحرية المطلقة.

{نور على نور}

{مصباح الجسد هو العين [الروحية]

فإن كانت عينك وحيدة If thine eye be single

فإن جسدك كله يكون مليئاً بالنور}

{والنور يسطع في الظلام والظلمة لم تعرفه}

الإيثار هو أن نشعر بأحزان الآخرين وأن نقترب منهم ونتواصل معهم ونحاول صادقين تعزيتهم في مصابهم وأن نفرح لفرحهم ونعمل على قدر طاقتنا لإبعاد شبح الخوف والعوز والقلق عنهم.

من يمتلك روح الإيثار لا يعمل وفق حسابات وتوقعات محدودة بل يستخدم بصيرته وحكمه الصائب ويمضي في مساعدة نفسه والآخرين شاكراً الله على ما يحققه من نجاح، وإن أخفق مرة أو مرات لا يشعر بالإحباط بل يزداد تصميماً فيضاعف الجهود ويكرر المحاولة مستكشفاً أفكاراً وقنوات جديدة، مسترشداً بنور العقل، مستعيناً بالله إلى أن يحقق مبتغاه ويبلغ مقصده النبيل.

إن من يعمل على إسعاد الآخرين يسعده الله بإحساس باطني من الراحة النفسية وإن فقد شيئاً في سبيل الذين يحاول مساعدتهم لا يحسبها خسارة لأنه يكسب في المقابل رضا الله وراحة الضمير.. فهو يعيش ليحب ويعمل ويعطي ويزرع بذور الخير والسلام في حقول الإنسانية.

من يتجاوز في تفكيره وأحاسيسه عالمه الشخصي يتمدد وعيه ويزداد تعاطفه ويشعر أن العالم بيته والإنسانية أسرته ويدرك أن الغاية من وجوده على هذه الأرض هي إصلاح ذاته قبل أن يحاول إصلاح الآخرين لأن من يصلح ذاته يساعد الآخرين على إصلاح أنفسهم من خلال مثال حياته فالأفعال أعمق أثراً وأبلغ وقعاً في نفوس الآخرين من الأقوال.

محطات قصيرة

بريق الإخلاص:

بعض الناس يحاولون التخلص من مشاكلهم بالإبتسام لكن هذا النوع من التخلص من المشاكل يلزمه ضمير نقي لا يأوي

رياءً ولا مكان فيه للمخادعة. عندما يتعامل المرء بصدق مع نفسه ومع الآخرين ويتصرف بنبل وشهامة تصفو عيناه فينبثق منهما شعاع فريد هو بريق الإخلاص الذي لا يمكن أن تخطؤه العين.

الصراحة:

وبعض الناس يتلفظون بأشياء كثيرة باسم الصراحة لكن لا يمكن التحدث بكل شيء لكل إنسان. فعندما تقدم النصح والإرشاد للبعض يسيؤون فهم كلماتك ولا يستفيدون شيئاً مما تقوله وهذا جهد ضائع وسعي غير مشكور. السكوت في مثل هذه الحالات هو من ذهب لكن هذا لا يعني بأي حال السكوت عن الخطأ.

الإنسجام الذاتي:

الإنسجام مع الذات أمر في منتهى الروعة. معظم الناس يعلمون كم هو من الصعب الإنسجام مع الآخرين ولكن هل فكرت يوماً بالإنسجام مع نفسك؟ ذلك صعب للغاية إنما ممكن. إن حللت نفسك لوجدت أنك في خصام دائم مع ذاتك. وإن لم تحب نفسك فلن تحب أحداً. وإن لم يعش المرء بانسجام مع نفسه فكيف يمكنه أن ينسجم مع غيره؟

الإنسجام مع الذات هو عنصر حيوي للإنسجام مع العالم. لذلك من الأهمية بمكان أن تقدّر نفسك حق قدرها وتحبها لأنها تستحق منك الحب. يجب أن يحب الإنسان نفسه لأن الله خلقه وأنعم عليه بإمكانات سامية.. ومحبة تلك النفس المعنوية أو ذلك الجوهر الزاخر بكل الخلال الكريمة هو ما يلهم المسلك النبيل وينقي الفكر من الشوائب والقلب من الضغائن والأحقاد.

معايرة البوصلة الأدبية:

لا يمكن أن يخادع المرء ضميره أو يبرر تصرفاته الخاطئة أو يفلت من تبعات سلوكه المغلوط حتى ولو أتيح له الإنتقال إلى كوكب آخر. فنتائج أفعاله تلازمه ويتعين عليه تصحيح

مساره ومعايرة بوصلته الأدبية لتشير إبرتها دوماً نحو الإتجاه الصحيح.

بعض الناس يعيشون في أسوأ الظروف ومع ذلك فهم في توافق رائع مع أنفسهم وآخرون يمتلكون كل الفرص ولديهم كل ما يحتاجون إليه ومع ذلك هم في خصام مستدام مع أنفسهم، ولذلك يجب أن لا ينتظر المرء الظروف كي تتغير. أقنع نفسك أنك بخير بالرغم من بيئتك التي قد تكون مغايرة لما تتمناه.

من يضع نفسه تحت رحمة الظروف وينتظر حتى تتغير فسيطول انتظاره.

يحكى أن شخصاً كان يتقن ثماني عشرة لغة ومع ذلك كان فقيراً للغاية بحيث لم يقدر على شراء مصباح يقرأ على ضوئه. فكان يذهب إلى إحدى الزوايا ويجلس تحت ضوء الشارع ليقرأ. حقاً أن الإرادة تبتكر الوسائل وتخلق الفرص وتجدد الآمال وتنجز الأعمال وتحقق الأماني والأحلام.

التواصل الفعلي مع العارفين بالله يمكن أن يتم عن طريق الاتصال الشخصي بهم أو القراءة التأملية لكتاباتهم أو التفكير العميق والودي بهم. والناحية الهامة التي ينبغي تذكرها هي التوافق مع وعيهم المتوافق مع الله.

عندما نناغم وعينا مع نفوس عظيمة مُحبة لله فإن ذلك التناغم يغيّر حياتنا تدريجياً على نحو في منتهى الروعة. هذا التناغم لا يستعبد الإرادة بل يوسع نطاقها ويعزز قواها. وهذا هو الفرق بين التناغم مع أشخاص مليئين بـ "الأنا" وبالتفكير فيما يمكنهم الحصول عليه ومع محبي الله والإنسانية الذين غايتهم العطاء وإيقاظ الحب الإلهي في نفوس المتناغمين معهم. ومغناطيسة هؤلاء المباركين تجعلنا على اتصال وثيق بالمغناطيسية الإلهية.

يجب أن نضع نصب أعيننا ونأخذ في اعتبارنا أنه أثناء بذلنا المجهود لتحقيق احتياجاتنا الخاصة يتعين علينا مساعدة الآخرين

في الحصول على ما يحتاجون إليه ومقاسمة الأقل حظاً ما يصل إلينا من خيرات الحياة ولنتذكر بأننا جزء لا يتجزأ من الأسرة العالمية وأنه لا يمكننا أن نعيش بدون هذه الأسرة الكبيرة.

كيف ستكون الحياة بدون النجار أو المخترع أو المزارع وغيرهم؟ فمن خلال الأخذ والعطاء وتبادل الخدمات يريدنا الله أن نفكر بالآخرين ونتعاطف معهم ومن الخطأ الفادح أن يعيش المرء لنفسه دون الإهتمام بغيره. عندما نفكر بسعادتنا يجب أن نفكر أيضاً بإسعاد الغير. ليس مطلوباً منا أن نعطي كل ما لدينا من أجل رفاهية الأسرة العالمية لأن ذلك مستحيل، بل علينا أن نشعر بشعور الآخرين ونعمل ما بوسعنا لتقديم العون لهم والتخفيف من أعباء الحياة عنهم.

هناك علاقة بين النجاح وبين رضاء الروح، في سياق البيئة التي يعيش فيها الفرد

النجاح الحقيقي هو نتيجة للسلوك المتسق مع مبادئ الحق، ويشمل سعادة ورفاهية الآخرين كجزء لا يتجزأ من الرضاء الشخصي. ومن يطبق هذا القانون على حياته المادية والعقلية والخلقية والروحية سيجد أن هذا التعريف كامل وشامل للنجاح.

الناس يفكرون بالنجاح بطرق مختلفة اعتماداً على هدفهم في الحياة. وبين الحين والآخر يقرنه البعض بالسرقة كأن يقولوا "إنه لص ناجح"! وهذا يبين أن ليس كل نجاح هو نجاح مرغوب فيه، فنجاحنا يجب ألا يؤذي الآخرين.

وهناك مؤهلٌ آخر للنجاح، وهو جلب الإنسجام والنتائج الإيجابية، ليس لأنفسنا فقط، بل يتعين علينا مقاسمة تلك المزايا مع الآخرين أيضاً

إن بلوغ النجاح المادي لا يعني التمتع بما نستحقه وحسب بل يعني أيضاً أن لدينا مسؤولية أدبية تجاه مساعدة الاخرين كي يخلقوا حياة أفضل لأنفسهم. كل من عنده ذكاء يمكنه أن يكسب المال ولكن إن كان يمتلك الحب في قلبه فلن يتمكن من استخدام ذلك المال بأنانية بل سيتقاسم ما يمتلكه مع الآخرين.

المال يتحول إلى لعنة في أيدي البخلاء المقترين لكنه بركة ونعمة لذوي الأيادي السخية والقلوب الطيبة.

النفوس الطيبة تجذب نفوساً طيبة وتنجذب إليها

يجب أن نتعلم كيف نحب جارنا كنفسنا ولنتذكر أننا هنا في هذه الحياة لفترة وجيزة من بعدها نرحل إلى عالم آخر يتوقف مستواه على مستوى تفكيرنا ونوعية أفعالنا إبان إقامتنا الأرضية هذه.

من هم أقرباؤنا الحقيقيون؟ بالنسبة للحكيم الكل هم أقرباؤه وكل واحد "جاره". بالطبع، الحكيم قادر على التمييز ويدرك أنه مع أن الشمس تسطع بضيائها على قطعة الفحم وقطعة الألماس لكن الألماسة، دون الفحمة تمتلك خاصية استقبال النور وإظهاره على نحو رائع. يجب أن يسعى الشخص لمصاحبة ذوي الأفكار والمشاعر التي بصفاء الألماس ويجب أن يصرف الوقت في البحث عن الأصدقاء الصادقين. من يعش حياة نظيفة وصادقة سيجلب إليه أصدقاء يتميزون بالنظافة والصدق، ومن يعش بغرائز حيوانية دون تمييز سيجلب إليه أصدقاء من نفس النوعية.

إن كنت تثمن المُثل الراقية والمبادئ السامية فمن المستحسن عدم مخالطة الأشخاص الذين لا يؤمنون بتلك المثل والمبادئ والذين يشوشون الأفكار ويعكرون المزاج حتى لا تعمل ذبذباتهم عل خفض مستوى ذبذباتك.. وفي نفس الوقت لا تستثنِ أحداً من دائرة محبتك.

وبالإضافة إلى ذلك يجب أن لا يعطي الإنسان الحب وحسب، بل عليه أن يصنع السلام أيضاً بحيث أينما ذهب يخلق الوئام والهدوء وينعش الحاضرين بوجوده الطيب بينهم. لا أحد يرغب بالإقتراب من ظربان نتن الرائحة – أعزكم الله - بل الكل يتحاشوه. وبالمثل فإن الشخص العصبي الإنفعالي اللجوج يضايق الآخرين وينفّرهم. نريد أن نكون كالورود الناضرة التي تنفح أريجاً

طيباً يبهج الخاطر. فلنعمل على نشر عبير السلام ونفحات الخير أينما توجهنا وحيثما حللنا.

مملكة الله ليست وسط الغيوم أو في مكان محدد من الفضاء. إنها خلف الظلمة التي نراها عندما نغمض أعيننا وعندما نتأمل ونبتهل تنفتح بنا عين الروح الموجودة في الجبهة فنبصر نوراً مباركاً ونشعر بغبطة تتخلل كل خلايا الجسم ونحس بأن الحجاب قد رُفع وأن باباً سرياً قد فتح إلى مملكة الله.

الله هو فرح دائم التجدد وذلك الفرح كلي الوجود. يجب أن نشعر بتوحدنا مع ذلك الفرح الذي يسكن في داخلنا ويحيط باللانهاية.

خلف الحدود الإهتزازية للمادة الكثيفة يكمن الوعي الكلي اللانهائي الذي يفوق حد الوصف بكل مجده واتساعه ولامحدوديته. تلك هي مملكة السماء التي هي غبطة واعية أبدية ولا حد لها ولا انتهاء.

عندما تتوسع مدارك النفس، وتشعر بحضورها في كل مكان، تتوحد عندئذ مع الروح الإلهي

المجد للمطلق اللانهائي، المتربع على عرش الأفق، حيث تتصل السماء بالمحيط. والمجد للانهائي الفائق، المتربع على عرش السلام في داخلنا، بالتركيز على اللانهائي في داخلنا، يمكننا الحصول على قوته التي لا حد لها

المعرفة المتحصلة من دراسة الكتب أو من البشر هي معرفة محدودة، أما المعرفة المستقاة مباشرة من الله فتمنح قوة الحكمة وروعة اليقين وطمأنينة القلب وسلام الروح.

يا رب، علمني كي أصلي بتركيز عميق وكي أمزج التأمل بالأشواق الوجدانية.. وليتطهر قلبي يومياً بمحبتي الخالصة لك.

التحرر من قيود الكارما

كل عمل، عقلياً كان أم جسدياً، شعورياً أم لا شعورياً، له تأثير محدد على حياة الشخص. الأعمال السابقة، هي ليست فقط تلك التي قام بها الإنسان، منذ أيام أو شهور أو سنين، بل أعمال من حيوات ماضية أيضاً

{كُنْتُمْ أَمْوَاتًا فَأَحْيَاكُمْ ثُمَّ يُمِيتُكُمْ ثُمَّ يُحْيِيكُمْ ثُمَّ إِلَيْهِ تُرْجَعُونَ}

التأثيرات الحسنة والسيئة للأفعال التي يقوم بها المرء في حياته الحاضرة تبقى مخزونة في اللاشعور أو الوعي الباطن، والآثار التي يحملها الشخص (أو تحملها نفسه) من تجسدات سابقة، تكمن كبذور في اللاشعور، بانتظار الظروف المناسبة كي تنتش وتنمو في وقت محدد كارمياً. إن قانون الكارما الذي يوازن الأمور، ينطوي على الفعل ورد الفعل، السبب والنتيجة، الزرع والحصاد.

كل إنسان يصمم بأفكاره وأفعاله قدَره بنفسه والطاقات التي يطلقها بحكمة أو بغباء لا بد أن تعود إليه كنقطة ابتداء تماماً كالدائرة التي تكمل نفسها بدقة متناهية. [والسؤال هو] هل يتعين على المريد الراغب أن يواجه - بالرغم عن إرادته - نتائج أفعاله السابقة كأمر لا مفر منه، أو ما يدعى بالمصير المحتوم؟ الجواب هو لا. الله هو ناموس ومحبة، والمريد الذي يتوجه إليه بشوق صادق وإيمان كلي ويوفق أعماله مع القانون الإلهي ويطلب حب الله غير المقيد بشروط سيحصل بكل تأكيد على اللمسة الإلهية المباركة التي تخفف الأحمال الثقال وتحسّن الأحوال.

لقد وضعنا الله في هذا العالم المحفوف بالأوهام ويعرف ما نعانيه وما يعترينا من تجارب ومحن.. والإنسان يضاعف الظلمة الداخلية للجهل الروحي عندما يعتبر نفسه غارقاً في الخطايا ولا قدرة له على انتشال نفسه من مغاصة المعاصي. الأفضل له أن يحاول تصحيح نفسه ملتمساً العون والحنو من قلب الرحمة الإلهية.. متعشماً الصفح من المعبود الودود ذي الحنان والغفران.

عندما ندرك صلتنا الوثيقة بالله فأية كارما يمكن أن تقيدنا؟ لا تدع أحداً يقنعك بأن آلامك ومصاعبك هي نتيجة كارماك فأنت كروح في جوهرك لا كارما لكَ، إنما يجب أن تدرك هذه الحقيقة بالتأكيد لنفسك أنك واحد مع جوهر الحياة والنور والقوى الكونية. إن أدركت هذه الحقيقة فلا خوف عليك، وسيفتح الله في وجهك أبواباً كثيرة، ويتيح لك فرصاً عديدة.

إن كنت غير مرتاح للكيفية التي تسير بها حياتك غيّر نمط تفكيرك واشحن أحاسيسك بطاقة إيجابية وستلمس الفرق بنفسك.

لا حاجة أن يتأوه الناس ويتحسرون على ما فاتهم وأن يعزوا ظروفهم التعيسة لأخطاء ارتكبوها في هذه الحياة أو في الماضي السحيق لأن هذا نوعٌ من التهامل الروحي. يجب التحرك واقتلاع الأعشاب الضارة من حديقة الحياة وستنبت عندئذ أعذب وأنضر الأزهار وتعطي أحلى وأشهى الثمار من فضله تعالى.

التسليم لله لا يعني عدم استخدام إرادتنا لتحسين أمورنا وانتظار الله كي يسوّي أوضاعنا دون أي مجهود من جانبنا، فالله يساعد الذين يساعدون أنفسهم.

المقصود هو أننا نتعلم كيف نذهب إلى الله كي يوجّه إرادتنا ويبارك ويعزز مجهوداتنا الصحيحة وعندما نتخطى عقبة عدم الرغبة في التسليم نجد في الله الحماية التي لا يستطيع أحد في هذا العالم أن يمنحها لنا ونجد أيضاً قوة لا يمكن لامتحان أن يقهرها.

كل واحد يمكنه تأسيس علاقة خاصة مع الله إن عرف كيف يفتح قلبه لله ويشتهي حضوره الرباني الذي يمنح الغبطة واليقين.

عندما يشعر الإنسان بحاجة ملحة لله بحيث يعلم أنه لا يستطيع الإستغناء عنه سيجد أن الله يستجيب له بطريقة أو بأخرى. ولكن عليه أن ينمّي أولاً ذلك الإحساس القوي لأن الإستجابة لن تأتي من تلقاء ذاتها.

إن لم نخصص المكان الأول لله في حياتنا فستكون حالة وعينا قلقة يعتريها التشويش ولن نتمكن من التعامل على نحو منطقي وسليم مع متطلبات الحياة التي لا تنتهي.

وما هي الطريقة لتنمية تلك الرغبة؟ في كل مرة تواجهنا مصيبة أو مكروه، وكل مرة نشعر بثقل في قلوبنا، يجب أن نقصد الله ونطلب عونه، مدركين أن من يحب الله ويحفظه في فكره ووجدانه ستتحسن أحواله وتتغير أوضاعه نحو الأفضل

عندما نخضّ ونمخض الأثير بابتهالاتنا الحارة ونداءاتنا الوجدانية سنستخلص زبدة الإستجابة الإلهية التي فيها الغذاء والشفاء والهناء

لمن يشتهي غذاء الروح، الإحباطات والإخفاقات الماضية لا تهم، بالإمكان تعلم الدروس منها، والمحاولة من جديد، وتكرار المحاولة عوداً على بدء، وسيكون النجاح مضموناً بعونه تعالى، لكل من لا يثبطه الفشل، ولا تفل من عزيمته الفواجع، ويؤمن إيماناً قاطعاً بأن الله يعضد المثابرين السائرين على الطريق الصحيح، ويمدهم بالأمل والقوة والإستبشار، حتى بلوغ المقصد الأسنى وتحقيق غاية الحياة

الفكر قوة كالكهرباء، والحالات النفسية تعود إلى الفكر وطريقة التفكير.

الكهرباء نافعة وضارة في آن، فمن يحسن التصرف بها، يضعها في خدمته وإلا فقد تصعقه. وكذلك الفكر أيضاً إن تم توجيهه في مسارات صحيحة يجلب لصاحبه السعادة، وبخلاف ذلك يجلب له المتاعب.

الفكر كالحصان الجامح، ومع ذلك ليس ترويضه بالأمر المستحيل، والتفكير الإيجابي هو أحد طرق التحكم بالفكر.

الفكر السليم صديق حميم والفكر السقيم عدو مقيم.

الفكر السليم يجذب السلام والسلامة، والفكر السقيم يطلق سهاماً فتاكة، فترتد على صاحبها مضاعفة، ولذا قيل

الجزاء من نوع العمل. وما دام المرء يبعث بنوايا الخير، ستتحول أفكاره إلى مشاعل، تنير حجرات النفس، وتطرد أكداس الظلام، فيشعر إذ ذاك براحة عميقة، وتشع عيناه بابتسامة الرضى!
دامت البسمة في عيونكم وعلى وجوهكم، والسلام عليكم

الحياة هي كالمطحنة التي تطحن حبوب الاختبارات والتجارب المثمرة، لتصنع منها خبز الحياة. وهي كطريق متعرج، على جانبيه أزهار ناضرة وفراشات زاهية وأشجار على أغصانها ثمار شهية، ومع ذلك نادراً ما نتوقف لنستمتع بمنظرها وتذوق عذوبتها، بل غالباً ما نكون على أحر من الجمر للوصول إلى مساحات أوسع، نظن أن فيها مناظر أكثر بهجة مما رأيناه. لكن مع ابتعادنا التدريجي عن الدروب المزهرة المثمرة، نجد أشجاراً فيها من القتامة، أكثر مما فيها من النضرة، ثم تختفي الزهور ومعها الفراشات وأيضاً الفواكه، لنجد أنفسنا بعد ذلك في بلقع الصحراء.

حياة الإنسان هي كمياه البحار، التي تتنقى وتصبح عذبة فقط عندما تصعد إلى الأجواء العليا. وهي كحلم الصباح، تزداد إشراقاً مع تقدم سني العمر، والسبب هو أن الأشياء تبدو عندئذ أكثر وضوحاً وصفاءً. وهي كالرحلة من حيث تغيّر المناظر مع قطع المسافات. ثم تتغير نفس المناظر كلما اقتربنا منها، وهكذا دواليك.

الحياة لا تخيّب أمل الحكماء، إذ يتعاملون معها بحنكة ويستمتعون بها دون السماح لها بالإستحواذ عليهم وسلبهم حريتهم. فهم على سبيل المثال يستمتعون بالماء.. يشربونه ويغتسلون به، لكن لا يسمحون لأنفسهم بالغرق فيه. وهم يستمتعون بالملابس التي تروق لهم دون تقيد زائد بالرسميات والشكليات التي تعتبر من السطحيات. ويتلذذون بتناول الطعام دون السماح للشـَره بأن يأكلهم، لأن الإفراط في تناول الطعام ينهك القوى وينهش المدركات ويفتك بها فتكاً ذريعاً. وهكذا.. يجب أن يتمتع الإنسان بالحياة إنما دون إنهاك الحواس بالإنغماس.

التوافق مع الآخرين لا يعني موافقتهم على كل شيء، أو تضحية المُثل من أجلهم، لأن هذا الأسلوب من التوافق غير مستحب، ولا ينسجم مع الحق. فالمصلحون والعظماء لم يتوافقوا مع كثيرين من الناس من حولهم، ومع ذلك احتفظوا بمَثلهم الأعلى، لأنهم أدركوا أن ما كانوا يقومون به كان عين الصواب.

أولاً وقبل كل شيء يجب التوافق مع الله، ثم مع الضمير ومن بعدها مع الناس.

يجب عدم المساومة على مبدأ وعدم اللجوء إلى نوايا مبيتة لتحقيق غرض ما، لأن ذلك لا يليق بالمبدئيين.

من يستطع العيش بكيفية ترضي الله ولا تلحق الأذى بالغير فلا خوف عليه. أما إن لم يُرضِ هذا النهج الآخرين، فيكفي أن يكون المرء مرتاحاً في داخله، ويشعر بطمأنينة ذاتية تغنيه عن رضى الناس.

إن قوة النفس ورغبتها في التوجّه إلى الله تدعى مغناطيسية روحية. وبهذه المغناطيسية تجذب النفس لذاتها بركات واهتزازات رفيعة وكل التجارب البشرية الطيبة التي تذكـّرها بالخير والصلاح.

المغناطيسية الروحية هي القوة التي بواسطتها يجذب ويجلب الشخص إلى نفسه أصدقاء طيبين وأشياء ضرورية وهامة ومعرفة بديهية للأمور. وهذه القوة مستمدة من قوة الله المغناطيسية الجاذبة.

شمعة السلام

خذ وعاء عقلي واملأه بسلامك.

خذ قارورة مشاعري واملأها برحمتك.

خذ سلة روحي الفارغة واملأها بثمار حكمتك.

اسكب مياه محبتك في روحي علني أصبها في أكؤس عطاش الروح.

اهدم جدران الأنا واغمرني بحضورك الكلي.

إن شعاع فجر المحبة

ليطل من فتحات قلبي

فيذكرني بنور شمس حبك

المنتشر في سماء حياتي.

لقد أشرق سطوع حبك الباهر

على نفسي فاستنارت

وملأ نورك فضاء روحي.

أنت الحياة التي تعيل جسدي

والعقل الذي يلهم أفكاري.

والحكمة التي تبدد جهلي.

إنني أضيء شمعة حبي النحيلة

لأقرأ الكتاب الذهبي

المحفوظ في داخلي منذ القِدم.

حبك كان ولم يزل

شمعة السلام غير المنظورة

التي تبدد الظلمة وتريني رسائلك

المدونة على صفحات القلوب.

ليظهر مجدك يا رب

وليبدد نورُ حكمتك

الجهلَ والخصام والحسد

من شطآن الأرض للأبد.

حوّل ضعفنا إلى قوة

ووهننا إلى عزيمة

واشحن أجسامنا بكهرباء الحيوية

واغمر الفكر والروح بنورك الشافي.

خذ بيدنا كي لا نغرق في مياه الغفلة عنك واملأ كياننا بمحبتك وحكمتك.. ولنشعر أننا قريبون كل القرب منك وأن شمس رحمتك تسطع علينا على الدوام.

إنني أضع أزاهير أفكاري الهامسة الناضرة

في هيكل السكون..

فيشيد عطرها الصامت

ويشدو بأمجادك..

وبإشراقة نورك القدسي

أبصر جمال وجودك

وتتحقق أحلامي السعيدة.

عندما يومض نورك في روحي

تشتعل الحجب بنار الحكمة

فأبصر مجدك ويتعاظم فرحي.

أشرق الله بأنواره عليكم

وتحية الروح لكم

هناك مطالب ومتطلبات كثيرة يفرضها العالم علينا ويقنعنا بأهميتها القصوى وبعدم إمكانية العيش بدونها أو الإستغناء عنها.. لكن المطلب الأساسي يجب أن يكون الحصول على سلام الله الذي لا تجف منابعه ولا ينضب معينه والذي يمنح لكل شيء في الحياة طعماً ومعنى.

لنتذكر أن الله هو جوهر كياننا وأن المحبة هي النافذة التي نرنو من خلالها إلى وجهه الكريم. من يرغب في الإحساس بالحضور الإلهي ويغذي تلك الرغبة السامية فكراً وفعلاً سيحقق الله مطلبه ويعينه على تمزيق الحجب التي تحول دون معاينة الأنوار المباركة.

من يعقد العزم على المضي قدماً على الطريق لن يصده شيء ولن يعيقه عائق حتى يبلغ مقصده ويحظى بمنية قلبه.

درر وغرر روحية

إن من يظهر ضعف الآخرين ويسبب لهم الإحراج والحنق هو بعيد عن الحكمة والسداد. يجب أن نمقت الخطيئة وليس الخاطئ لأنه أخ لنا في الروح بالرغم من ظلمة الجهل التي تغلفه وتخيّم عليه. الغرض من الإدانة يجب أن يكون الشفاء لا التشفي والتجريح. يجب أن نعامل الأخ الخاطئ كما نرغب أن نـُعامَل لو كنا مكانه وفي وضعه.

{من ستر عيب أخيه في الدنيا ستر الله عيبه في الآخرة}

مثلما ندين الآخرين يديننا القانون الروحي بنفس المقدار. ويجب ألا نتوقع الكثير من الآخرين، ولا ننتظر نتائج حسنة على الدوام من أي إنسان حتى ولو كان يبذل أفضل ما بوسعه.

قد يسقط الشخص ويتعثر، لكنه سيظل آمناً ما دام يبذل قصارى جهده ليرتقي سلّم الفضيلة والصلاح من جديد.

كل يوم يجب أن نحاول رفع معنويات المريض جسدياً أو نفسياً أو روحياً في بيئتنا مثلما نساعد أنفسنا أو أفراد عائلاتنا.

ومن يحاول من اليوم العيش طبقاً للقوانين الإلهية – بدلاً من العيش الأناني القديم الذي يجلب العناء والشقاء – سيجد أنه مهما كان الدور الذي يلعبه في الحياة متواضعاً يبقى مع ذلك دوراً هاماً ما دام يقوم بواجبه على أكمل وجه بحسب توجيه مدير المسرحية الكونية وسيد أقدارنا جميعاً: الله عز وجل.

عندما نتفاعل مع الآخرين بإخلاص فعلي وبمحبة صادقة ومراعاة للمشاعر، سنجلب إلينا أصدقاء طيبين دون أن يكون للمصالح الشخصية أو الحسابات الأنانية أدنى اعتبار، وإلا فلن نتمكن من التعرف على أصدقائنا الحقيقيين.

لا بد من التخلص من المراءاة والزيف، والتصرف على نحو لا يلحق الأذى المتعمد بالآخرين.

يجب عدم إغضاب الأصدقاء أو الإستخفاف بهم أو استعدائهم أو إعطائهم سبباً لأن ينمّوا مشاعر غير ودية نحونا. ويجب عدم إساءة معاملة الأصدقاء أو استغلالهم أو تقديم النصيحة لهم ما لم يطلبونها، وعندما يطلبونها يجب تقديمها بإخلاص ولطف، دون خوف من التبعات. الأصدقاء يساعدون بعضهم بالإنتقاد الأخوي البناء.

تجارب الحياة الصعبة لا تأتي لكي تشل إرادتنا وتهزمنا، بل لتشحذ عزمنا وتعزز إيماننا بالله وثقتنا بأنفسنا. البعض يظن أن تلك التجارب والتحديات قوىً مدمرة لا تـُقهر.. فيستسلمون. الموقف النفسي الصحيح كفيل بتنشيط القوى الباطنية للتعامل بفعالية مع الحياة وتجاربها.

إن لم يتصارع الشخص مع شخص أقوى منه فلن يصبح قوياً. وبالمثل عندما نواجه صعوباتنا بجرأة وبقوة نفسية نصبح أكثر قوة ومنعة.

عقولنا هي جزء لا يتجزأ من وعي الله الكلي. وتحت موجة وعينا يقبع محيط وعيه اللانهائي. عندما تنسى الموجة أنها جزء من المحيط الأعظم تفصل ذاتها عن تلك القوة الأوقيانوسية. ونتيجة لذلك أصبحت عقول الناس واهنة بفعل القيود المادية ولم

تعد قادرة على العمل المثمر والإنتاج الوفير. عندما تنفض العقول عنها غبار الجهل وتقطع القيود المكبلة لقواها ستصبح أكثر قدرة على الإبداع والتفاعل بإيجابية مع الحياة.

عندما تتمسك بفكرة معينة وتشحنها بإرادة قوية تتحول تلك الفكرة إلى قوة ديناميكية. وعندما يصبح الفكر ديناميكياً يتمكن من خلق المناخ الملائم للنجاح طبقاً للخريطة غير المنظورة المرتسمة في الذهن.

يفشل الناس لأنهم يستسلمون لظروف الحياة القاسية دون مقاومتها بدلا من مقاومتها دون استسلام.

لا بد من تمرين وتفعيل قوة الإرادة.

الذين يدخلون محراب السكينة يمكنهم التواصل روحياً مع نفوس أخرى محبة لله ويمكنهم فهم لغة الورود وكل الكائنات الحية.

يا رب، لتكن الملك الأوحد المتربع على عرش حبي وأشواقي.

الذين يتأملون يشعرون بطمأنينة مدهشة ويجب المحافظة على تلك السكينة الداخلية حتى في صحبة الآخرين. ما يتعلمه الشخص في التأمل يجب ممارسته في النشاط وأثناء التفاعل مع الآخرين دون السماح لأي كان بالتشويش على هدوئه أو تعكير سلامه.

عندما ترغب بإنشاء عادة جيدة أو القضاء على عادة سيئة، ركّز على خلايا الدماغ حيث تتموضع آليات العادات على اختلافها.

لإنشاء عادة جيدة، أجلس أولاً بهدوء وتأمل ملتمساً العون الإلهي. ركّز ذهنك على محور الإرادة في الجبهة ما بين الحاجبين وبعمق أكد لنفسك العادة التي تريد أن تغرسها في الدماغ.
وعندما ترغب في القضاء على عادات سيئة، احصر أيضاً انتباهك في مركز الإرادة وأكد بعمق أن كل الأخاديد التي تعشش فيها تلك العادات يتم مسحها. بالتركيز وقوة الإرادة يمكنك مسح حتى

الأخاديد العميقة للعادات القديمة المستحكمة. أكد لنفسك مراراً وتكراراً أن لديك من قوة الإرادة ما يكفي لاستئصال جذور العادات غير السليمة من منطقة الدماغ.

الوقت الأنسب لمثل هذا التأكيد هو الصباح الباكر عندما تكون الإرادة والإنتباه يقظين.

واصل التأكيد لنفسك بأنك متحرر من كل الإملاءات وستجد يوماً ما أنك - بعون الله - قد تحررت بالفعل من العادة التي تريد التخلص منها.

مهما كان الشيء الذي تخشاه، ابعد فكرك عنه واتركه لله. عزز يقينك بالله وثق بأنه قادر على مساعدتك.

إن قدراً كبيراً من المعاناة ناجم عن الهم والقلق. لماذا يتعين عليك أن تتألم والشيء الذي تخشاه لم يقع بعد؟ تصور نور الله الواقي يحيط بك من كل جانب وستشعر بحمايته العجيبة.

بما أن معظم اضطراباتنا تأتي عن طريق الخوف، فإن أقصينا الخوف من حياتنا سنشعر بالحرية وسيكون الشفاء فورياً. كل ليلة وقبل النوم مباشرة أكد لنفسك أن الله معك وأنه يحميك ويرعاك.

في هذه المسرحية الكونية، يقوم البشر من كل الأجناس بتمثيل دراما الحياة على مسرح الزمن. يجب أن ندرك مغزى الحياة دون الإنهماك الزائد أو التحقق المفرط مع أدوارنا المؤقتة.

إن إدراكنا للحياة كثيراً ما يشوبه التشويه والإنحراف لأننا ننظر بعيون الأنانية والأفق المحدود، ولو نظرنا بعين الروح لأبصرنا الأمور من منظور آخر تماماً.

عندما نفتح عين الحكمة نبصر نور الله الشامل، وفي ذلك النور نعاين طبيعتنا الروحية التي هي انعكاس لطبيعة الوعي الكلي الذي يتخلل كل جزيئات وأجزاء الكون.

الحقائق الروحية تحيط بنا وتقرع على أبواب عيوننا المغمضة وتستحثنا كي نبصر النور بدل الظلمة ونعمل بوحي الحكمة وليس الجهل ونملأ قلوبنا بالمحبة لا بالكراهية ونتعاون على إحلال السلام وجلب الوفرة والأمن إلى عالمنا. عندما نفعل ذلك سيتبدد الجهل وتنعدم الفوارق الوضعية وسنبصر الوحدة في التعداد ونصبح أكثر توافقاً من الإرادة الإلهية.

إن علاقتنا مع الله ليست علاقة باردة أو علاقة غير قائمة على الحب والدفء كالعلاقة بين رب العمل والأجير. نحن عياله واهتمامه بنا لا يتوقف، وهو يصغي لنا على الدوام. إننا جزء لا يتجزأ من كيانه وعلاقتنا به حية وحيوية.

لقد وهبنا خالقنا ثروة لا تنضب من المحبة والفهم والبصيرة والإرادة الطيبة والقوة الروحية، لكن معظمنا بدد تلك الثروة على اللاشيء. الله يريدنا أن نحيا بأمن وطمأنينة وتعاون ودي كما يليق بأفراد أسرة نبيلة متحابة، لكن الأطماع والحسابات الأنانية نبتت وترسخت في النفوس وفرقت ما بين الأهل.

الله يريدنا سادة لكننا اخترنا أن نكون عبيداً.

لقد ابتعد الإنسان كثيراً عن بيته السماوي وفقد الفردوس الباطني المتمثل في الإحساس بقربه من الله وقرب الله منه، ولن يتمكن من استعادة ذلك الفردوس دون مجهود ذاتي.

لقد خلقنا الله على صورته ولكن غابت تلك الحقيقة عن أذهاننا. لقد استسلمنا للوهم بأن قـَدرَنا هو العناء ومآلنا الفناء، ويجب أن نمزق حجاب الوهم بخنجر الحكمة لنرى الحقيقة الناصعة من خلف الحجاب.

من نحن وما هي طبيعتنا الحقة؟

البشر لديهم فوارق ظاهرية بيّنة، سواء من حيث تركيبتهم السيكولوجية أو العاطفية أو الأدوار التي يلعبونها في الحياة أو الأعمال والنشاطات التي يمارسونها أو الرغبات التي يحسّ بها كل منهم لكن تحت كل هذه الفوارق يكمن شيئان اثنان يريدهما

بل ويحتاجهما كل إنسان دون استثناء. أحدهما هو التحرر من كل صور التألم والعوز. أما الشيء الآخر فهو السعادة التامة والدائمة.. الرضاء الكلي حيث السلام والحب والحكمة والفرح.

في الحقيقة إن ما يسعى البشر لبلوغه هو الله، سواء استخدموا تلك التسمية أم لم يستخدموها. الحكماء يقولون أن الله هو جوهر الغبطة وروح السعادة. ولن يشعر الإنسان بالرضاء التام ما لم يستق مباشرة من الينبوع الكوني. وتلك نقطة محورية لفهم الحالة البشرية.

ولكن أين يبحث الناس عن ضالتهم المنشودة؟

يبحثون عنها في الأمور الدنيوية فقط: في الممتلكات والظروف الخارجية والعلاقات مع أشخاص آخرين. إنما مستحيل العثور عليها في أي شيء أو في أي شخص أو في أي ظرف في هذا العالم نظراً لطبيعة الخليقة نفسها.

الخليقة قائمة على مبدأ الثنائية. يستحيل الحصول على صورة بلون واحد فقط، إذ لا سبيل للإستغناء عن النقيض. وبالمثل، مستحيل أن يوجد مظهر واحد من مظاهر الوجود بمعزل عن الازدواجية. لكن لدى تمحيص الرغبات التي تحرّك الناس نجد أن كل منا يرغب فقط بالحصول على الأشياء الطيبة، الممتعة، الجميلة، والإيجابية دون أدنى رغبة في التعامل مع كل ما هو كريه وغير مستحب.. إنما ذلك من المستحيلات.

في هذا العالم الثنائي لا وجود للذة دون الألم، أو للنور دون الظلام، أو للخير دون الشر، أو للحياة دون الموت. لا يمكن فصل أحد وجهيّ العملة عن الوجه الآخر. وهذا يعني أن ما نتشوق إليه في أعمق أعماقنا لا يمكن الحصول عليه من هذا العالم.

الناس يبحثون.. أجل يبحثون بكل ما أوتوا من قوة لكنهم غير قادرين على العثور على ما يبحثون عنه مما يخلق في نفوسهم القنوط وفقدان الأمل. ولا يؤدي ذلك إلى القنوط وحسب بل إلى استياء كبير وغضب عارم، وبالتالي إلى أعمال

عنف.. هذا كله يحدث لأنهم لا يبحثون عن ضالتهم في المكان الصحيح، ونتيجة لذلك لا يعثرون على مُنية قلوبهم

الناس في عصرنا هذا لا يعرفون الكثير عن معنى الحياة وغايتها، ولذلك يعانون من الحيرة والإرباك.

الإنسان في طبيعته كائنٌ يبحث عن هدف. فإن لم يكن له من هدف في الحياة، وإن كان عقله وطاقاته وإرادته وعواطفه غير موجّهة في منحى إيجابي بنـّاء يتحول إلى اتجاهات مدمرة كتعاطي الكحول والمخدرات واللجوء إلى العنف وهلم جرّا. الغاية الأسمى للحياة هي معرفة الله... ويتعين على الإنسان إحداث توافق بين أدواره ونشاطاته الخارجية عن طريق العمل الصحيح والنظرات السليمة والمواقف الإيجابية والتصريف النافع للعواطف.

هذان المظهران لطبيعتنا: المظهر الباطني أو الروحي والمظهر الخارجي ليسا في تناقض مع بعضهما فيما لو تم فهمهما على الوجه الصحيح. بل يدعم أحدهما الآخر ويساعداننا على تنمية وتطوير قدراتنا وإمكاناتنا مادياً ونفسياً وعاطفياً وروحياً.

الناس يعيشون في فراغ كبير دون حوافز فكرية أو منشطات نفسية.. يشعرون بالسأم لانعدام الغاية ولفقدان ما من شأنه أن يعطي لحياتهم قيمة ومعنى. الشخص العادي قد يستطيع العمل والتصرف كما لو كان متكاملاً من الناحيتين النفسية والعقلية، ولكن هل هو سعيد؟

الغاية الرئيسية من الحياة هي معرفة من نحن وما هي طبيعتنا الحقة. فإن أولينا الجانب الأعمق من الحياة الاهتمام الذي يستحقه لا بد أن نشعر بالسعادة لأن سعادة الإنسان مرتبطة بتواصله مع ذاته الروحية التي لا كيان ولا كينونة له بدونها.

الخوف من الفشل أو المرض يتم تغذيته بالتفكير الدائم به حتى تتسرب فكرة الفشل من العقل الواعي إلى العقل الباطن

وصولاً إلى الوعي السامي. بعد ذلك يبدأ الخوف المترسخ في اللاشعور والوعي السامي بالتفريخ والنمو حتى يملأ العقل الواعي بنباتات الخوف التي ليس من السهل القضاء عليها كالقضاء على الفكرة الأولية عند بزوغها وهذه النباتات الضارة تثمر أخيراً ثماراً سامة ومميتة. إنما لحسن الحظ يمكن استئصال جذورها من الداخل بالتركيز القوي على الجرأة وبتطعيم الوعي بالإيمان المطلق بالله وبأنه قادر على مساعدة الراغبين في مساعدة أنفسهم وحمايتهم من الأذى.

ذات مرة كانت فقاعة صغيرة عائمة على سطح البحر، متوجسة من العواصف والبروق، فسمعت صوتاً يهمس لها: أيا فقاعة الحياة الصغيرة، ما خطبك؟

ألا تعلمين أنكِ جزء من محيط الحياة؟ فنظرت الفقاعة الصغيرة حولها وأدركت تلك الحقيقة.

الوعي البشري يعوم كالفقاعة الصغيرة على سطح بحر الوعي الكوني، ظاناً أنه فقاعة مؤقتة، مرتعداً من المرض والفاقة والموت. أيا أيتها الفقاعة، أمن المحيط تخشين؟ انظري حولكِ.. تأملي جيداً وحوّلي نظرتك من محيطك الصغير، إلى محيط الله اللامتناهي، تعمقي.. تعمقي ووسّعي الإدراكْ، كي تعلمي وتوقني بأنكِ واحدة مع بحره الفسيح، وأن الله معكِ يحرسكِ، يعيلكِ، الآن .. وإلى الأبد

تلافي الشِباك والأحابيل

كلما شعرت برغبة قوية في قلبك تلح عليك كي تحققها،استخدم التمييز واسأل نفسك "هل هي رغبة طيبة لا بأس من تحقيقها أم رغبة سيئة يتعين عدم تكريمها بالتحقيق؟" الرغبات المادية غير السليمة تشجع عاداتنا السيئة بإعطائنا آمالاً كاذبة وسعادة مزيفة في مثل تلك الحالات يتعين استدعاء قوى التمييز لإظهار الحقيقة. العادات السيئة تقود في نهاية المطاف إلى التعاسة. وإذ يفتضح أمرها وتظهر على حقيقتها تصبح عاجزة عن اصطياد الإنسان بأحابيل المعاناة وشباك الشقاء.

تأملات وحكايات

في الحياة وفي الممات.. وفي الأحزان والملمات يبقى إيماني بك يا رب قوياً لا يتضعضع راسخاً لا يتزعزع.

كل نفثة من نفثات حنيني وابتهالي تفتح في روحي أبواباً ونوافذ منها أعبر إلى نعيم الله.

مثلما تسطع الشمس على أكثر الأماكن اكتظاظاً هكذا سأبصر إشعاعات الحب الإلهي في كل مجالات حياتي ونشاطاتي اليومية.

باركني يا رب كي أوقظ روحي مع صحوة الفجر وآتي بها إلى أعتابك المباركة.

قصة غزال المسك

المسك هو مادة ثمينة وذات عطر نفاذ، توجد في سرة غزال المسك الذي يقطن أعالي جبال الهملايا.

حالما يبلغ الغزال سناً معينة يبدأ المسك الفتان بالتسرب سِرةً من سُرّته، فيهتاج الغزال لذلك العطر الجذاب ويأخذ بالتراقص والتفتيش عن مبعث تلك الرائحة الطيبة.

ينتقل من مكان إلى آخر، يتشمم ما بين الصخور وتحت الأشجار ويبحث في كل مكان عن مصدر ذلك العبير المثير.

أخيراً يتملكه الحنق ويصبح أكثر إثارة وقلقاً عندما تعييه الحيلة ويعجز عن العثور على ما يبحث عنه بشوق وشغف.

وفي محاولة أخيرة للوصول إلى مصدر المسك، يقفز من المنحدرات الصخرية الشاهقة إلى الوادي السحيق ليواجه مصيره ويلقى حتفه، فيتمكن إذا ذاك الصيادون من الإمساك به ويستلون منه كيس أو غدة المسك.

وفي هذا الصدد، أنشد أحد القصاد المستنيرين ما معناه:

غزالَ المسكِ يا أحمق

لمَ تشقى لمَ تأرقْ؟

فهذا المسكُ موجودٌ

بكيسِ بطنكَ يا أخرق!

ولو لامستَ بالخيشومِ

منكَ السرّةْ إذ تعبقْ

لكنتَ فزتَ بالمأمولِ

وعشتَ دونَ أن تنفقْ

ألا تظنون يا أصدقاء أن معظم الناس يتصرفون كغزال المسك؟ فهم يبحثون عن السعادة المتضوعة دائماً وأبداً في كل مكان خارج أنفسهم.

أجل.. يبحثون عن السعادة في اللعب، والإنهماك حتى الإنهاك في الشهوات والمشتهيات.. ويتسلقون دروب الثراء الزلقة إلى أن يقفزوا في نهاية المطاف من جروف الآمال العالية إلى صخور الإحباط والإخفاق عندما يعجزون عن العثور على السعادة الحقيقية المختزنة في أعمق أعماق نفوسهم.

فلو توجهنا بأفكارنا نحو الداخل، وتأملنا بعمق لعثرنا في سكينة الروح على مصدر السعادة الحقيقية والدائمة التي ننشدها.

يجب ألاّ نكون كغزال المسك كي لا نفنى بحثاً عن السعادة في الأماكن الخطأ، بل يتعين علينا أن نتيقظ ونحاول العثور على السعادة في ذاتنا وليس خارجها.

حكاية الزر

ذات مرة أتى إليّ رجل وقال أنه يعاني من مرض مزمن في القلب وأضاف:

"لقد حاولت أشياء كثيرة لكني عاجز عن التخلص من وجع القلب."

وبعد تفكير هادئ طلبت منه أن يُحضر لي مقصاً، فنظر إليّ مرتعداً وقال:

"هل تعتزم يا سيدي شق قلبي؟"

فضحكت وأجبته قائلاً: "أنا لست طبيباً، وهل سمعت في حياتك كلها عن إنسان يستعمل المقص لإجراء عملية جراحية؟!"

أخيراً أحضر مقصاً على مضض، فقمت بقطع أحد أزرار معطفه وطلبت منه أن لا يخيّط زراً آخر مكانه، وألا يضع يده على موضع الزر المفقود، كما طلبت منه أن يعود إليّ بعد أسبوعين، وكنت أتوقع أنه سيشفى خلال تلك الفترة.

ضحك الرجل قائلاً: "سأفعل ما طلبته مني لأنني أثق بك، لكنيي أعتقد أنه أغرب دواء وُصف لي حتى الآن!"

وبعد أسبوعين أتى إليّ مهرولاً وقال مندهشاً:

"لقد أكد لي الأخصائيون أنني شفيت من مرض القلب. فبالله عليك ماذا فعلت؟ هل أخرجت عفريتاً من الزر؟"

فأجبته باسماً: "نعم! إن يدك كانت تلعب بالزر باستمرار وكان الزر محاذياً للقلب.

ذلك الزر كان العفريت الذي سبّب لك آلام القلب. لذلك قطعت الزر وطلبت منك عدم استبداله أو وضع يدك على قلبك. وبهذه الطريقة تخلص القلب من الضغط وكف عن إيلامك!"

كل شيء يتحرك بسرعة، والناس منهمكون في عمل أشياء كثيرة. طبيعي أنه من الأفضل أن يجني الإنسان غلة العالم بدلاً من إضاعة الوقت سدىً بحيث يتخطاه الموسم و (يطلع من المونة بلا حمّص). ولكن يجب أن يجني الإنسان أغنى محاصيل الحياة .. التقرب من الله والتعرف عليه. والطريقة الوحيدة لبلوغ

السعادة الحقيقية هي إنجاز شيء ما في هذا العالم، وأيضاً تحقيق النجاح الروحي.

العارفون بالله لا يشرعون بواجباتهم اليومية قبل التأمل على الله أولاً وشحن عقولهم وأجسامهم بالطاقة الإلهية المباركة.

إن متطلبات العالم الكثيرة تعمل على صد الراغبين في الوصول إلى هدفهم الروحي وحرفهم عن المسار الذي اختطوه لأنفسهم. لكن ذوي الإرادات الماضية لا يسمحون لأي شيء بأن يبعدهم عن الطريق فيواصلون السير بهمة بصرف النظر عن الظروف الصعبة والمعاكسة.

مهما أعطانا العالم فلن يُرضي حنين قلوبنا التي تتشوق إلى شيء أكثر ثباتاً وأعظم شأناً وأثمن من كل ما تحويه خزائن الدنيا ونفائسها.

عندما يتوفى المرء – طالت أعماركم – فلن تقدر كل قوى الأرض على عمل أي شيء له. من يستطيع مساعدتنا بعد مغادرة هذا العالم؟ الله. ولذلك يجب أن نفكر دوماً أن هذا العالم هو مجرد محطة مؤقتة في طريقنا إلى البيت السماوي لنحيا للأبد في رحاب الرحمن.

الثراء الزائد لا يضمن امتلاك الصحة والسلام والفعالية، لكن تحصيل السلام والفعالية من شأنه تحقيق نجاح متوازن على المستويين الروحي والمادي.

معظم الناس ينمّون الفعالية العقلية لبلوغ النجاح المادي لا غير. لكن عندما يصبح الإنسان سيد ذاته ويحسن تصريف قواه النفسية والتصرف بها على نحو متسق مع الخطة الإلهية ستتبارك حياته وسيتذوق رحيق الروح وهو على هذه الأرض، ولن يبقى أسير العادات والرغبات، بل سيتحول وعيه إلى قلب الحضور الإلهي وسيمكث فيه متنعماً بمسرات متجددة تعصى على الوصف.

الجسم أعظم صيدلية

لقد اكتشف الباحثون في مجال العلوم الطبية أنه عندما نشعر بفيض من الفرح يقوم الجسم بإنتاج مضاد للإكتئاب ومواد أخرى تقلل من التوتر والإجهاد، لا تقل قوة ونجاعة عن تلك التي يصفها الأطباء. الجسم هو أعظم صيدلية على هذه الأرض، وله القدرة على إنتاج الشيء الصحيح في الوقت الصحيح عندما نكون في تناغم مع ذلك الإنسجام الروحي الذي وضعه الله في الجسم.

ليس كل التوتر ضاراً، فالتوتر يوقظ الطاقة الحيوية التي تسري في أجسامنا ويستحث فينا النشاط والحركة. وقد أثبتت الدراسات أن مقداراً معقولاً من التوتر هو شيء مفيد.

لكن المشكلة تكمن عندما يتخطى التوتر المستوى الصحي.

كل منا لديه حدٌ شخصي للتوتر، وعندما يتم تخطي ذلك الحد نصبح متوترين أكثر مما ينبغي، وقد لا نكون على دراية بذلك قبل أن تبدأ المشاكل بالظهور في الجسم والعواطف والعقل.

الحياة مع الله هي بهجة وفرح، وبدون الله قلق واضطراب وعناء بل وكوارث أيضاً. فما هو السبيل لاستخلاص السلام والطمأنينة من حياة تسودها المصائب والفواجع، ولجلب بعض النعيم إلى هذه الأرض؟

المطلب الأول هو أن نكون على دراية بضغوطات الحياة عندما نقع تحت تأثيرها.

إن الله حكيم عليم، وقد زوّد أجسامنا بمؤشرات كالراحة والمضايقة والهدوء والقلق وعلينا أن نتنبه لتلك المؤشرات. يوجد ذكاء إلهي في أجسامنا ويحاول أن يخبرنا شيئاً ما، ويجب الإصغاء إلى تلك الرسائل خلال أوقات الإجهاد أو الراحة. عندما تشعر بالإجهاد ركّز الذهن على ذلك الجزء من الجسم الذي يعاني من

الإجهاد ثم خذ نفساً عميقاً وفي نفس الوقت قم بشد ذلك الجزء - شداً غير عنيف - حتى يهتز، ثم استرخِ وأوقف الشد العصبي. هذا من شأنه الإبقاء على توازن طاقي وحيوي في الجسم ويحفظ الجسم من أضرار التوتر.

كما يمكننا التعامل مع التوتر العاطفي عن طريق التنفس. فعندما تشعر بالخوف أو أية انفعالات أخرى ضارة، تنفس شهيقاً وزفيراً ببطء وبعمق وبإيقاع منتظم عدة مرات، ودع الجسم يسترخي مع كل زفير. هذا سيساعد على إبطاء ضربات القلب المتسارعة ويعيد العمل الطبيعي للدورة الدموية كما يساعد على انسياب طاقة الحياة في الأعصاب ويساهم في إراحة العقل من الأفكار الناشزة.

الحياة ليست حالة من الطوارئ، بل هي تعبير إلهي جميل وعلينا أن نستمتع بها. ولنتذكر أن الإبتسامة قوة إن لم نستعملها نفقد جانباً هاماً من جوانب الحياة.

الإنسان روح وله عواطف ومشاعر، وله جسد يرتديه كثوب أو معطف خارجي. ولكن ما دمنا نعيش على مستوى الجسم والإنفعالات وحسب سنقع تحت التأثير السلبي للتوتر والإجهاد.

عندما نكون على توافق مع طبيعتنا الجوهرية التي هي الروح، ينساب فرح الروح إلى القلب ويتحول إلى حب، والإحساس بذلك الحب المتصل بسلام وطمأنينة الروح والعمل والتعامل تحت تأثيره التوافقي هي الطريقة الأنسب للعيش الطبيعي في عالم يعج بالتوترات والتناقضات. والتناغم مع ذلك الفرح هو الحل لمشاكل الحياة.

ملاحظة: بخصوص العبارة: "يقوم الجسم بإنتاج مضاد للإكتئاب ومواد أخرى تقلل من التوتر والإجهاد، لا تقل قوة ونجاعة عن تلك التي يصفها الأطباء." فهذه ليست نصيحة للإستغناء عن المشورة والوصفات الطبية، ولذا اقتضى التنويه.

معادلات مغناطيسية

شخص قوي الحضور وذو ميول شريرة + شخص طيب القلب لكن ضعيف الشخصية = تغلّب المغناطيسية الشريرة على الطيبة.

شخص ضعيف الشخصية ذو ميول شريرة + شخص قوي الشخصية ذو ميول طيبة = تغلّب المغناطيسية الطيبة على الشريرة.

مغناطيسية روحية ضعيفة + مغناطيسية حيوية شريرة = مغناطيسية شريرة قوية.

قوة أخلاق متينة + قوة أخلاق ضعيفة = قوة أخلاق أعظم.

شخص غضوب عنيف الطباع + شخص دمث رقيق الطباع = تغلّب مغناطيسية الغيظ على الدماثة.

طباع قوية متزنة وهادئة + طباع تجنح أحياناً إلى السخط = تغلّب مغناطيسية الهدوء.

فشل متأصل مزمن + فشل أقل تجذراً = مغناطيسية إخفاق قوية.

نجاح إيجابي قوي + نجاح أقل إيجابية = نجاح معزز.

اهتزاز فشل قوي + اهتزاز نجاح قوي = إما مغناطيسية فشل قوية أو مغناطيسية نجاح قوية، وفقاً للبيئة والظروف.

عقل راجح جبار + جهل مطبق = إما فطنة وحذق أو جهالة وغباء.

قوة روحية باهرة + قوة عملية مميزة = مغناطيسية روحية – عملية بارزة بامتياز.

لو تسنى للناس رؤية حشود الكائنات الكوكبية في الأثير من حولهم ... فلربما حاول البعض البحث عن أحبته المفارقين. لقد فتح الله عيني الروحية وإنني أرى العديد من تلك النفوس التي غادرت المستوى الأرضي. بالتركيز العميق على العين

الروحية (وسط الجبهة) يمكن بالرؤية الداخلية معاينة العالم المشع الذي تحيا فيه كل الأنفس الطيبة التي انتقلت إلى المستوى الأثيري.. إلى جوار الرحمن.

في البشر يعمل القلب كجهاز استقبال لاسلكي والعين الروحية كجهاز إرسال. وحتى لو لم تستطع رؤية أحبتك المفارقين، فإن ركّزت مشاعرك بهدوء على القلب تتمكن من الشعور بحضور أولئك الأعزاء عليك الذين يعيشون الآن في أجسام أثيرية، ينعمون بسلام وأمان الله و يستمتعون بتحررهم من أسر الجسد فترتاح لراحتهم ويطمئن قلبك عليهم.

عندما أتلفظ باسم الله يذوب كياني بأسره في الفرح الأعظم. لكن تلك الحالة لم تأتني إلا بعد بذل مجهود كبير. لم أكن في البداية من ذوي الأشواق إذ كان عقلي آنذاك في مهب الريح. أما الآن، فما أن أضع فكري ويقظتي في المركز الروحي: {في الجبهة ما بين الحاجبين} حتى تتلاشى كل الأفكار ويتوقف التنفس من تلقاء ذاته ويكف القلب عن النبض وتهدأ ثائرة العقل وتتوارد على النفس الأحوال فأختبر الإنتشاء الروحي وتغمرني الغبطة الإلهية.

أقوال ذهبية

السعادة هي حقي وميراثي وكنزي الإلهي المخبأ. وجهني كي أعثر داخل ذاتي على النفائس التي تفوق أحلام الملوك.

* * *

الحياة حركة ذكية وذات إيقاع منتظم .. تصوغ ذاتها في الجماد .. أو تتخذ شكلاً حياً ومتحركاً .. الحياة شاملة وتتخلل كل شيء.

* * *

أيها المحب الأعظم، أنت الحياة.. وأنت غايتي ومطمحي.

* * *

اجعلني وردة ناضرة في بستانك السماوي، أو خرزة متلألئة في عقد حبك الوضاء، أو أعطني أعظم شرف: أصغر مكان في قلبك.

* * *

حيثما يقدّر الآخرون جهودي في عمل الخير فذلك هو المكان الذي فيه أستطيع تقديم أعظم خدمة.

* * *

لننسج بساط الأحلام الذهبية بخيوط حريرية من الذكريات العذبة والأفكار الراقية.

* * *

الحُب يشبه ورق الصنفرة الذي يصقل العقل ويزيل الخشونة من الطبع.

* * *

إن الجائحات والنوازل والتغيّرات العنيفة التي تحدث في الطبيعة وتجلب معها الخراب والدمار والضرر الجماعي ليست "قـَدراً إلهياً". هذه الكوارث تنجم عن أفكار وأفعال الإنسان. فحيثما يختل ميزان العالم الإهتزازي للخير والشر بتراكم الأمواج والذبذبات الضارة المؤذية بفعل نوايا الإنسان السيئة وأفعاله الخاطئة تعم الفوضى ويحدث الدمار على نطاق واسع.

* * *

سأتخذ من كل شعب أفضل ما لديه، وسأستحسن الصفات الطيبة لكل القوميات دون التركيز على عيوبها.

* * *

وكما نهتم بالقيمة الغذائية لطعامنا اليومي، هكذا يجب أن نبدي اهتماماً بمغذياتنا النفسية التي نقدمها لعقولنا كل يوم.

* * *

الكلام العذب ترياق عجيب للعديد من الأمراض وفيه قوة سحرية ومغناطيسية جبارة تجلب الكثير من الخيرات والبركات لصاحبه. فالذي يستخدم الكلام العذب المهدّئ للخواطر يشعر بتيار خفي ينساب من خلاله دون انقطاع ويمتلئ كيانه بفيض من الطمأنينة لأن ذلك التيار متصل بمصدره الأعلى الدائم التدفق والجريان إلى النفوس المتناغمة مع ذلك المصدر، وسيتمكن من نقل السعادة إلى النفوس المتعطشة للسلام.

* * *

كم من كلمة طيبة نابعة من القلب بددت أحزاناً كثيرة.. وكم من أصواتٍ حكيمة أنارت دروباً مظلمة بمصابيح البهجة والطمأنينة!

* * *

إننا ننمو من خلال كل تجربة نمر بها ما دمنا ندرك أن بمقدورنا استخلاص دروس نافعة منها. فلكل ما نختبره من ألم ومعاناة معنىً وغاية.

* * *

وبالرغم من قسوة التجارب، لكنها كالنار التي تصهر خام الحديد لتحوله إلى فولاذ جميل المنظر، قوي التحمّل، ومتعدد الاستخدامات.

* * *

إن جميع الإنجازات البارزة في حياتي تحققت عن طريق قوة العقل المتناغم مع الله. فعندما يكون مولـّد الكهرباء الإلهي شغالاً يتحقق كل ما أتمناه دون استثناء، إذ يرتسم أولاً كتصميم أثيري غير منظور ثم يتجسد بقوة لا تقاوم على أرض الواقع.

* * *

عندما يهمس الفكر لله همساً وجدانياً حاراً نابعاً من أعماق نفس مشتاقة سيلامس نداء الروح القلبَ الكوني وستأتي الإجابة ومعها فرح عظيم. الهمس الفكري ينمي الإرادة إلى أن تمتلك من القوة ما يكفي لتحقيق الهدف المنشود.

* * *

عندما يتناغم عقل الإنسان وإرادته مع الله فإنهما يُشحنان بقوة لا حد لها بحيث يصبح مجرد التفكير بأمر ما كفيلاً بتحقيقه لأن القانون الإلهي يعمل لصالح المتناغمين مع الإرادة العليا.

* * *

يجب ألا يكرس الإنسان كل قدراته العقلية التي وهبها له الله للبحث عن أمور زائلة، وإلا سيفقد ذاته في متاهات المادة ويخلق لنفسه قيوداً ومحدوديات هو بغنى عنها. وعليه بدلاً من ذلك أن يستخدم قواه العقلية في تحصيل ضرورات العيش والسعي لتطوير ملكاته المعنوية بغية التمييز بين الخطأ والصواب والضار والنافع.

* * *

الحقيقة تكمن ما وراء الآراء والنظريات وكثيرون ممن ينتهجون هذا الأسلوب يصبحون مقيدين باستنتاجاتهم الذاتية.

* * *

افتح يا رب أبواب السكون واحرس محراب أفكاري الروحية من هجمات الوساوس الشريرة.، ولتتفتح ورود أشواقي في بستان قلبي وأنا في انتظار فجر قدومك.

* * *

لا قدرة للمعرفة النظرية على اكتساب العلم الإلهي ومن المستحسن ألا يصرف المرء وقته الثمين على نظريات لا يمكن تطبيقها على أرض الواقع وإلا سيجد نفسه في خضم أدغال فكرية كثيفة وغير قادر على تخطي نطاق النظريات.

* * *

السعادة هي ثمرة الانتصار النفسي على ظروف الحياة المتقلبة.

* * *

من يعترف به الله قد يكون مجهولاً بالنسبة للعالم.

* * *

إن برمجَ الإنسان نفسه بمعرفة نظرية [دون اختبار فعلي] سيصبح كجهاز تسجيل متنقل يكرر أقوالاً مأثورة ويردد عبارات سامية فيعتبره الآخرون عالماً متفقهاً لكن مثل تلك المعرفة لا يعززها إدراك مباشر للحقيقة ولا يوازيها تحصيل روحي.

* * *

المشاكل ستتواصل في العالم، فإلى أين يمكن التوجه طلباً للإرشاد والهداية؟ أفكار المرء المستوحاة من عاداته وتحامله وأحكامه المسبقة وتعصبه لا تجدي نفعاً، ومؤثرات بيئته وعائلته وبلده أو عالمه لا قدرة لها على التوجيه الصحيح. ولذلك يجب التوجه إلى الله والإصغاء للصوت الهادئ الهادي الصادر من أعماق النفس المتناغمة مع الحق.

* * *

افتحوا قلوبكم للفيض الرباني كي ينساب من خلالكم ويملأ حياتكم بالخيرات والبركات الروحية.

* * *

مهما كانت الأعمال التي تقوم بها والإنجازات التي يمكنك تحقيقها تذكّر دوماً أن الله هو المصدر الذي يمدك بكل القوى التي تحتاجها للعمل والإنجاز.

* * *

دعني أتذكرك يا رب في الفاقة وفي الرخاء، في المرض وفي الصحة، في الجهل وفي الحكمة، ودعني أبصر نورك المبارك الذي يمنح العافية والشفاء في التو واللحظة.

* * *

في خلوة أفكاري أحنّ لسماع صوتك المبارك. أبعِد عني الأصوات الأرضية الخشنة المتوارية في طيات ذاكرتي.. أريد الاستماع لصوتك الهادي والمنشد على الدوام في سكينة نفسي.

* * *

في الحياة ظلام دامس وأحياناً تتعثر الأقدام وتحجم عن الإقدام، ويجب أن نجعل نور الله مصباحنا الكشاف أثناء سيرنا على دروب الحياة المظلمة. فهو بدر التمام في ليالي الجهل والظلام.. وهو شمس الإشراق في ساعات اليقظة، ومنارة الإرشاد ونجم القطب لعابري بحور ظلمات الوجود الأرضي الموقوت.

* * *

آن الأوان لأن يوقظ الإنسان وعيه من غفوة النسيان إلى صحوة الروح.

* * *

نسألك يا رب أن تبتعث وعينا من سراديب الغفلة والأفكار الضيقة المحدودة إلى آفاق السلام والنور والمحبة والتعاطف الإنساني الشامل.

* * *

ستنصلح الأمور في نهاية المطاف لأن قوى الله وعجائبه محتجبة خلف تناقضات الحياة البشرية، ومن لا يقتنع بحتمية الأوضاع ويحاول النفاذ بعقله وإيمانه إلى ما وراء الحجاب سيُفتح له الباب الذي [بكل يدٍ مؤمنةٍ يُدقُ]

* * *

الإيمان لا يعني أبداً أن يكون الإنسان متهوراً، أو ألا يتعامل بحكمة مع الظروف، إنما بغض النظر عما يحدث يجب أن يؤكد الشخص لذاته أن الله وحده قادر على مساندته في الظروف الصعبة والعصبية إن هو توجه إليه بقلبه وروحه وأحاسيسه جميعاً.

* * *

لو أن حواسنا نقلت إلينا الحقيقة كاملة لرأينا الأرض على هيئة أنهار من الإلكترونات، ولأبصرنا كل ذرة من الغبار ككتلة متدحرجة من النور.

* * *

إن الذين يَنفذون ببصيرتهم من المادة إلى الروح يدركون طبيعة الوهم ويعرفون جوهر الحقيقة.

* * *

سواء كان الشخص في أدغال أفريقيا أو في ساحة الحرب أو يعاني من المرض أو الفقر يجب أن يقنع نفسه بأن يد الله أقوى من الخطر وقادرة على حماية المستجيرين به.

لا توجد من طريقة أكثر فعالية للحماية. طبعاً يجب أن يستخدم المرء المنطق في تعامله مع الأحداث وفي نفس الوقت يثق ثقة تامة بالعون الإلهي.

* * *

إن الحب الذي يسكن قلوب كل المخلوقات .. حب كل الأمهات والآباء والأصدقاء والأحباب.. هو منبثق عن الحب الإلهي.

* * *

يجب التمييز بين الواجبات الكبرى والصغرى وإعطاء الأولية للأهم منها قبل المهم. كما ينبغي ألا يناقض واجبٌ واجباً آخر. الأسفار المقدسة تخبرنا أنه عندما يتعارض أحد الواجبات مع واجب آخر فذلك دليل على أنه ليس واجباً حقيقياً.

* * *

مع انتشار أشعة الشمس الحيوية سأنشر أشعة الأمل في قلوب الفقراء والمهجورين [الذين تخلى عنهم المجتمع]، وسأبث عزيمة جديدة في قلوب الذين يظنون أنهم فاشلون.

* * *

قال المعلم برمهنسا لأحد المريدين: "لا تستثنِ أحداً من دائرة حبك. أحتفظ بالجميع في قلبك وسيحتفظون بك في قلوبهم."

* * *

ساعدني يارب كي أستخدم إرادتي دوماً في إنجاز الأعمال النافعة والخيّرة.

وساعدني كي أتوافق مع إرادتك حتى تستجيب كل أفكاري لمقاصدك وتتناغم مع مشيئتك.

وساعدني على إيقاظ القوة الخفية المباركة في داخلي كي أتغلب على كل المصاعب والتجارب.

* * *

يقظ تلك الشخصية الروحية الجريئة والمتواضعة في آن – التي تجمع ما بين قوة الأسود ووداعة الحمائم.

* * *

لن أهتم للانتقاد الزائف المرير ولا لأكاليل المديح والاطراء. أمنيتي الوحيدة هي عمل إرادتك يا رب وكسب مَرْضاتِك.

* * *

لا يمكنك أن تتصور الفرح الفائق الذي سيغمرك عندما تشعر بالحضور الإلهي. النفس عندئذ تنتشي بحب الله الذي لا نهاية له. إنه حب يفوق أي حب بشري بملايين المرات.. حب يحقق كل أمانيك ويملأ قلبك بالبهجة والرضا.

* * *

بالتركيز الداخلي يمكنك أن تشعر مباشرة بالغبطة الروحية داخل نفسك ومن حولك. وإن ترسختَ في ذلك الوعي ستنمو شخصيتك على نحو توافقي وستكتسب مغناطيسية جذابة للناس وللمخلوقات الأخرى.

* * *

أيها المجير الأعظم، لا يهمني إن فقدت كل شيء بسبب قدَري الذي هو من صنع يديّ، ولكني أسألك يا ملاذي الوحيد أن تحمي شمعة حبي لك من رياح الغفلة والنسيان.

* * *

فلنشرب حتى الارتواء من مياه السلام النقية المنعشة المتدفقة من ينابيع الظروف المواتية والمعززة بتصميمنا الأكيد على التفكير الإيجابي والنظرة المتفائلة.

* * *

الضمير هو إحساس بديهي، يبيّن حقيقة المرء ودوافعه. عندما يكون ضميرك مرتاحاً، وعندما تعلم أنك تفعل الصواب، فلن تخشى شيئاً. الضمير النقي هو شهادة حسن سلوك من الله. البراءة أمام محكمة الضمير تعني امتلاك السعادةً والحصول على بركات الله.

* * *

حاول عمل الأشياء الجريئة والمحببة إلى النفس، التي لا يقوم بها معظم الناس، وامنح المحبة والسلام للذين لا يلتفت إليهم الآخرون.

* * *

قال المعلم برمهنسا لأحد المريدين:

"إن لم تصرف وقتاً لتهذيب العقل، فلن يتمكن أي مقدار من الرخاء المادي من إرضائك. هذا التهذيب ليس تعذيباً بل تدريب للوعي لتغذية الأفكار والأفعال التي تقود إلى السعادة.

سعادتك هي نجاحك، فلا تسمح لأحد بسلبك سعادتك. احمِ نفسك من الذين يحاولون إزعاجك. عندما كنت فتىً كنت أفقد صبري كلما روّج البعض إشاعات كاذبة عني. بعدها أدركت أن راحة ضميري هي أهم من رضاء الناس عني أو استحسانهم لي."

* * *

ليتكم تعرفون حكاية الغرام الإلهي التي يحياها بعض المريدين مع الله! ما من اختبار آخر في الحياة يمكن مقارنته بذلك الفرح. لقد عرفت قديساً كان مستغرقاً في حب الله طوال الوقت، وكان وجهه يشع بالحب المقدس. عين الله دوماً على محبيه ولا يتخلى عنهم لحظة واحدة.

* * *

قلائل هم المهتمون بتنمية قواهم العقلية والروحية.

* * *

لا تسمح لنفسك بالإنحدار إلى قاع التسويف.. انهض من إغفاءة الواقع العادي الممل وانطلق نحو آفاق الحياة الراقية حيث الإنجاز والفرح والسلام.

* * *

في داخلك إمكانات جبارة بانتظار استثمارها وأنت الوحيد القادر على تفعيلها والإستفادة منها.

* * *

التحرر من إملاءات العادات الخاطئة والأهواء غير السليمة يمنح سعادة أكبر بكثير من السعادة التي يمنحها النجاح المادي.

في النجاح الأدبي سعادة نفسية لا يمكن للظروف الخارجية أن تسلبها منك.

* * *

بإمكانك أن تصرف كل وقتك في جمع المال لكن ذلك المال لن يمنحك الراحة والضمان الدائمين اللذين تبحث عنهما. بل على العكس سيجلب لك المزيد من التعاسة لأن السعادة والسلام هما في الفكر وليس في الأشياء نفسها.

* * *

لا تسمح للضعف بالتسرب إلى عقلك وراعِ الحيطة والحذر عند مخالطة ذوي الأفكار السلبية والنظرة السوداوية لئلا تتسرب أفكارهم الضعيفة إلى عقلك ما لم يكن عقلك قد بلغ درجة من القوة بحيث لا يمكن لأفكار الغير أن تضعفه، بل على العكس من ذلك يقدر على تقوية أفكار الآخرين وتعزيز ثقتهم بأنفسهم.

* * *

الله أولاً، ولا ينبغي أن نستقبل يومنا أو نودعه دون التفكير به... ويجب أن نتذكر أنه لولا حصولنا على القوة والنشاط من الله لما تمكنا من القيام بأي عمل من أعمالنا. وذلك هو واجبنا الأكبر نحوه.

* * *

هناك طريقة لتقييم العادات والتقاليد والحكم عليها. في البداية كان لكل تقليد مبرر. فإن وجدنا أن ذلك المبرر ما زال ساري المفعول، يكون للتقليد معنى وفائدة. ولكن ليس من

الحكمة اتباع التقاليد دون تبصّر. يجب أن نعرف الحق ونتبعه، ونتبيّن ما يمكن أن يمنحنا السعادة فنطبّقه.

* * *

عندما ترى أعداداً كبيرة من الناس لا يملكون سعادة أو نجاحاً، لا تفكر أن الإنسان مكتوب عليه أن يعيش هكذا. باستطاعتك أن تجعل من نفسك ما تريد أن تكون. ونجاحك الداخلي هو ما يجعلك ناجحاً.

* * *

إن كنت لا تملك شيئاً في داخلك فلن تكون سعيداً. وإن كنت لا تملك شيئاً من حولك وكنت سعيداً في ذاتك فأنت ناجح بكل تأكيد. وهكذا ليس في المستطاع الحكم على الناس بحسب ظروفهم الخارجية.

* * *

من بين الجماهير الغفيرة قد يوجد إنسان بلغ حالة من السمو الروحي ويتمتع بسلام باطني وسعادة روحية فائقة.

* * *

إنني أعلم علم اليقين بأن كل ما أحتاجه سيأتي إليّ ولذلك لا أقلق لما سيحمله المستقبل. هذه ليست مباهاة ولا ادعاءً لأنني لمست عمل وفاعلية تلك القوة المباركة في حياتي مرات عديدة.

* * *

سواء كنت عائماً على سطح الحياة أو غارقاً في أعماق اليمّ، أعلم أنني مع الله وهو معي، وأن لا شيء يقدر على إيذائي. تلك المعرفة أعطتني سعادة فائقة تعصى على الوصف.

* * *

لا جدال أن هناك شعوراً ممتعاً لدى شراء شيء جديد. ولكن بعد مضي فترة من الوقت يتلاشى ذلك الشعور البهيج تدريجيا، بل قد تفقد الرغبة في ذلك الشيء وتنساه وترغب بشيء آخر. لكن فاتورة ذلك الشيء لن تنساك، فيما إن كنت قد اشتريته على التقسيط!

* * *

يجب أن يتحكم الإنسان بحياته ويبسّطها قدر الإمكان. ويجب أن يدّخر بعض المال للحاجيات والظروف الطارئة، وأن يوفـّر أكثر من الإنفاق على الكماليات، ويساعد الآخرين على قدر طاقته. عندما تساعد الآخرين سيأتيك العون بطريقة أو بأخرى ولن تحتاج أو تـُحرم شيئاً.

* * *

في ابتهاج كل القلوب أسمع صدى غبطتك يا رب، وفي صداقة كل المخلصين أشعر بمحبتك. أفرح وينشرح صدري لنجاح أصدقائي وتوفيقهم مثلما أسعد برفاهيتي ويُسري. وإذ ألهم الآخرين الحكمة أضاعف كنوز حكمتي، وفي سعادة الجميع أعثر على سعادتي.

* * *

إن ألد أعداء السعادة هي استدانة المال لشراء الكماليات. الناس يظنون من قبيل الوهم أنهم لن يكونوا سعداء ما لم يحصلوا على شيء بعينه. لكنهم لن يتذوقوا تلك السعادة حتى بعد حصولهم على ذلك الشيء، بالرغم من ابتهاجهم المؤقت به. فما هو الهدف من الجري وراء سراب السعادة الأرضية الذي يعِد ويخلف الوعد؟ يجب أن يعيش الناس ببساطة دون الحاجة للكثير من المقتنيات التي تتطلب اهتماماً متواصلا.

* * *

فردوسي هو في داخلي. وإذ أستمتع بما أنعم الله عليَّ به، أشكره فيتعاظم فرحي الباطني. بدون ذلك الرضاء الداخلي تتحول حتى أفراح الأرض ومسراتها إلى جحيم. ولقد تيقنت أنه لولا ذلك الفرح الباطني لكان عبء المسؤوليات الملقى على عاتقي قد سلبني سلامي وحرمني من سعادتي.

* * *

إن اقترنتْ الثروة بالمرض والمشاكل فالتبعات ستكون كثيرة. النظافة والرعاية الصحية هما من محاسن الغرب. فالحشرات المؤذية والجراثيم الفتاكة يتم مكافحتها بفعالية في البلدان المتطورة في حين تتواجد بكثرة في بلدان أخرى. لكن التخلص من تلك الآفات لا يعني ذروة الإنجاز، لأن هناك آفات من نوع آخر في الدول المتقدمة، مثل فواتير يصعب دفعها وأزمات

مالية خانقة بسبب نظام الشراء بالتقسيط.. آفات تقض المضاجع وتقوض راحة النفس.

* * *

إننا جزء لا يتجزأ من نفس الوعي الذي عنه انبثق هذا الكون العظيم.

* * *

هل سبق ورأيت قطيعاً من الغنم؟ إن قفز واحد منه يقلده باقي القطيع دون تردد. معظم الناس هم على هذه الشاكلة. إذ قد يأتي أحدهم بفكرة أو يطلع بموضة جديدة فيتلقفها الآخرون ويقلدونها. هذا النمط ما زال على حاله منذ أجيال. لكل أمة عاداتها وتقاليدها ولا يمكننا القطع بصحة وسلامة جميعها. ولكن من يدري؟ فقد تكون بعض تلك العادات والتقاليد لا معنى لها ولا فائدة منها؟

* * *

عندما تهدأ ثائرة الأفكار المتلاطمة ندخل مملكة السلام ونلامس الحضور الإلهي.

* * *

فكّر بالله، أو بمنظر طبيعي جميل يوحي بالسلام، أو باختبار بهيج ومفرح، فالنشاط الذهني الإيجابي الهادىء منشط ومنعش.

* * *

إننا نعيش في عالم يسوده الهرج والصخب. تظن أن المال يعني السعادة، ولكن عندما تحصل عليه تجد أنك ما زلت غير سعيد. قد تحصل على المال وتفقد - لا سمح الله - صحتك. أو قد تمتلك صحة جيدة وتفقد مالك. أو قد تمتلك المال والصحة مع مشاكل عديدة مع الآخرين، إذ قد تقدم للناس أشياء طيبة ويعطوك في المقابل حقداً وكراهية. بدون الله لا يمكن لأي شيء في هذه الحياة أن يرضيك.

* * *

الأرض تتحول إلى حجرة تعذيب بالنسبة للذين يعيشون في جهل بالخطة الإلهية. ولكن عندما تنظر إلى تجارب الحياة على أنها معلمك وتتعلم منها الطبيعة الحقة لهذا العالم وماهية دورك

المخصص لك في المسرحية الكونية، تتحول تلك التجارب إلى إضاءات قيّمة على الطريق نحو الرضا والسعادة الدائمين.

* * *

هناك خلف العتمة غير المظلمة، والسكون الذي لا صوت له واللاشيء غير المخلوق، يوجد الجوهر السرمدي الذي هو أصل الوجود ومصدر كل القوى والكائنات، المنظور منها وغير المنظور.

* * *

الله لم يخلق هذه الأرض لنا فقط كي نأكل وننام ونموت، بل لنعرف إرادته وندرك الغاية من وجودنا. إن حفنة من الحكماء قد أدركوا معنى الخطة الكونية لكن أكثر الناس غير مبصرين وغير مدركين لتلك الغاية.

* * *

لم يكن المال غايتي في الحياة بل غايتي كانت خدمة إخوتي وأخواتي في الإنسانية. ولذلك فقد فتح الله لي الكثير من أبواب الخير لإعالتي وإتمام رسالتي.

* * *

لقد خلق الله هذا الكون كي يعمل وفق قانون ثابت لا يتغير. إن انتهكنا أياً من النواميس الكونية نعاقب أنفسنا. فمن يقفز من سطح بناية عالية ستتحطم عظامه. لذلك لا يمكننا تجاهل قانون الجاذبية دون معاناة التبعات المترتبة على ذلك.

* * *

عندما نلقي نظرة معمقة على حضارات العالم ونستكشف الأسرار الخبيئة في المدنيات القديمة تبرز لنا صورة كبيرة، متشابكة الخطوط، متنوعة الفصول، دقيقة التفاصيل ونجد أن الإنسان ذو طبيعة فردية واجتماعية في نفس الوقت.

* * *

لو أن الله يريدنا أن نحيا فقط في الوعي المادي لكنا راضين كل الرضا بالأشياء المادية وقانعين بالطرق الدنيوية.

* * *

إشعاعات النقاء والسلام والسعادة التي تفوق الأحلام... تومض وتتراقص في أعماقنا الجوهرية.

* * *

مع ظهور كل تجربة في سماء حياتنا إبّان رحلتنا الأرضية هذه يجب أن نعرف كيف نوسع مدارك وعينا وكيف نكون أكثر تفهماً للظروف التي تحيط بنا أو نمر بها، وسنتمكن عندئذ من العيش بتوافق أفضل والتعامل بكيفية أكثر سلاسة وسلامة مع الناس والحياة.

* * *

معظم الناس يقلدون الآخرين. يجب أن يكون الشخص أصيلاً مبدعاً، وأن يتقن كل ما يقوم به.

في الشرق انصَبَّ الاهتمام في المقام الأول على تنمية السعادة الروحية في حين تم إهمال الجانب المادي للحياة في معظم الأحيان. في الغرب توجد بعض وسائل الراحة المادية والقليل جداً من السعادة النفسية. ما تمسّ له الحاجة هو إحداث توازن بين الإثنين لأن الإهتمام بشيء واحد فقط في الحياة يؤدي إلى خلل وعدم القدرة على التعامل منطقياً مع متطلبات الحياة.

* * *

إن أعظم سعادة - بعد السعادة الإلهية - هي أن يكون الشخص في سلام مع أقربائه المباشرين الذين يتحتم عليه العيش معهم كل يوم من أيام السنة.

* * *

الناس يهدرون الكثير من الوقت في التسرع والاندفاع دون تحقيق شيء يذكر. وقلائل هم الذين يتوقفون ليفكروا وليحاولوا معرفة ما يمكن للحياة أن تقدمه لنا.

* * *

يجب أن نعمل على تشييد صروح باطنية من الحكمة في بساتين السلام التي تزهو وتتألق بزهور لا حصر لها من المزايا الروحية البديعة الرائعة.

* * *

الإنسجام الداخلي هو مصدرٌ ثرٌ للقوة ويولّد طاقة متجددة.

* * *

لدى النظر إلى الحياة تجد أن النجاح ليس بالشيء السهل. فالحياة غالباً ما تكون قاسية لا ترحم، وعلينا أن نكافح من أجل كسب لقمة العيش. فكـّر بالجهد الذي تبذله لإعالة الجسد وإبقائه معافىً وخالياً من المرض! وحتى لو نجحتَ في ذلك فإن ذلك النجاح يبقى مؤقتاً. فالجسد - طالت أعماركم - سيوسَّد الثرى في نهاية المطاف. الضرورة تقتضي مصارعة قوىً عديدة على المستويين الداخلي والخارجي من أجل إحراز النجاح المطلوب. تلك القوى تعمل جاهدة لسلبك الإنجازات الجديرة بالإعتبار.

* * *

حاول الاحتفاظ بهدوئك تحت كل الظروف، ودع نبتة سلامك تزهر بشاشة وابتسامات رضى.

* * *

حتى عظماء القديسين لا يحصلون على الخلاص التام ما لم يقاسموا نجاحهم مع الآخرين، أي تجاربهم الروحية ومعارفهم العليا، عن طريق مساعدتهم على بلوغ المعرفة المقدسة.

* * *

ولهذا السبب فإن الواصلين إلى تلك المراحل والحاصلين على تلك الحالات مهتمون بتقديم الفهم لمن هم بحاجة له. إن كنتَ ترغب في بلوغ النجاح الحقيقي فإنك لا تضمن بذلك سعادتك الشخصية وحسب بل سعادة الآخرين أيضاً.

* * *

كل من يمتلك ذكاءً يستطيع كسب المال. لكن إن كان يمتلك حُباً في قلبه فلن يستعمل ذلك المال أبداً لأغراض أنانية، بل سيشارك الآخرين به. المال لعنة ونقمة في أيدي الأنانيين والبخلاء وبركة ونعمة في أيدي ذوي القلوب الطيبة والنفوس الكريمة.

* * *

قد يرغب أحدهم بممارسة الصمت لفترة طويلة ويرفض خلال تلك الفترة الكلام مع أفراد أسرته. ذلك الشخص قد يفلح، نتيجة لذلك، بإحراز بعض السلام الذاتي، إنما تصرفه هذا هو أناني وضار بسعادة أسرته. فهو لا يُعتبر ناجحاً بالمعنى الصحيح ما لم ينتفع أعزاؤه أيضاً من إنجازه.

* * *

وبالمثل، فإن إحراز النجاح المادي لا يقتصر على حقنا في التمتع بالرفاهية بمفردنا وحسب، بل يعني أيضاً مسؤوليتنا الأدبية نحو الآخرين من حيث مساعدتهم لتحسين أوضاعهم المادية وظروفهم المعيشية.

* * *

إنني محميٌّ خلف أسوار ضميري المرتاح. لقد حرقت الماضي المظلم وإني مهتم باليوم فقط.

* * *

اليوم أدرك بأنني واحد مع نور الخير الأعظم وبأنني منارة للذين يصارعون أمواج بحر الأحزان.

* * *

الناس لهم نظرات ونظريات مختلفة عن النجاح، بحسب طموحاتهم في الحياة. ولا يندر أن نسمع بعضهم يقرن النجاح بالسرقة كقوله "لقد كان لصاً ناجحاً"! مما يؤكد أن النجاح بكل أطيافه وأصنافه مطلوب ومرغوب. لكن نجاحنا يجب ألا يُلحق الأذى بالغير.

* * *

هناك أيضاً معيار آخر للنجاح: فعندما نتمكن من جلب نتائج توافقية ونافعة لأنفسنا يجب أن نشمل الآخرين أيضاً في نجاحنا ونقاسمهم ثماره.

* * *

النجاح يعني رضا الإنسان وقناعته في المحيط الذي يعيش فيه. النجاح الحقيقي هو المحصّلة لأعمالٍ مؤسسة على مبادئ الحق، ويشمل سعادة ورفاهية الآخرين كجزء متمم لسعادة الإنسان نفسه. إن طبقنا هذا القانون على حياتنا المادية والفكرية والأدبية والروحية نكون قد حصلنا على تعريف كامل وشامل للنجاح.

* * *

هنا في هذا العالم المحدود نلمس الطول والعرض والكثافة، ولكن هناك مستوى آخر لا وجود فيه للأبعاد إذ كل شيء واضح شفاف.. كل شيء وعي وإدراك. حاسة الذوق إدراك

وكذلك حاسة الشم. إن مشاعرنا وأفكارنا وأجسامنا هي حالات من الوعي. فمثلما نستطيع أن نرى ونسمع ونشم ونذوق ونلمس في الحلم، هكذا في ذلك المستوى السامي نختبر كل هذه الإحساسات بواسطة الوعي المحض.

* * *

أسعدنا يا رب بالإحساس بقربك، وحررنا من الشهوات المكبلة، وامنحنا فرحاً باطنياً لا تؤثر به تجارب الحياة وأحداثها المتقلبة.

* * *

عندما تتناغم عقولنا مع المدركات العليا، يستيقظ في داخلنا الوعي الروحي ونختبر عجائب مدهشة من الحكمة والحب الإلهي.

* * *

إن أحببنا الله محبة تامة وتوجهنا إليه بكل أفكارنا وقلوبنا سنحس بقربنا منه وسنجد أنه أعظم موئل أمانٍ في الحياة.

* * *

في الفضاء الذي يبدو خالياً خاوياً هناك صلة كونية وحياة أبدية توحّدنا بكل ما في الكون من أحياء وجمادات.. موجة من الحياة العظمى تتدفق عبر كل شيء في الوجود.

* * *

الأبدية هي بيتنا الحقيقي ومستقرنا الدائم، ووجودنا في هذه الأجساد هو وجود مؤقت يشبه استراحة قصيرة لقافلة مسافرة عبر الصحراء.

* * *

عندما نتناغم مع قوى الروح الخلاقة سنكون على تواصل مع العقل الكلي واللانهائي القادر على توجيهنا وحل مشكلاتنا. وستتدفق القوة المبدعة إلينا دون انقطاع من المصدر الأعظم لكياننا بحيث نتمكن من الإنجاز الإبداعي في أي مجال من مجالات أنشطتنا.

* * *

الحب ينمو ويزدهر في بيئة الثقة والتسامح والاحترام المتبادل.

* * *

باركنا يا رب بنور الأفكار النقية والعادات الطيبة بحيث إن اقتربت منا ظلمة العادات السيئة والأفكار المنحرفة سيتم طردها على الفور. وساعدنا كي نحبك محبة فائقة بحيث لا تقوى أوهام المادة أو مغريات العالم على اجتذابنا والاستحواذ على عقولنا وقلوبنا.

* * *

نادراً ما تكون الأشياء التي يمكن الحصول عليها بسهولة ذات قيمة. هذا نعرفه من مطالعة حياة العظماء من الرجال والنساء وكيف أنهم أصبحوا عظماء من خلال تنمية مواهبهم وإنجاز واجباتهم وبناء قيمهم الخلقية ودراستهم المعمقة وابتعادهم عن الأنانية. لكن النتائج التي حصلوا عليها والإنجازات التي توصلوا إليها كانت أعظم بما لا يقاس من الجهود التي بذلوها.

* * *

الحرية الحقيقية تكمن في حرية الإختيار الموجهة بالحكمة والمدعومة بالفهم والصواب والإرادة الحازمة.

* * *

عندما توقظ إرادتك وتصميمك وتمييزك الواعي تنطلق من الوعي السامي - عن طريق بصيرة الروح - قوىً غير منظورة لمساعدتك ولتوضيح السبل المؤدية إلى الراحة النفسية والسعادة بعون الله.

* * *

يجب على الانسان أن يفتح قنوات الروح بمجهوده الذاتي. ما من أحد يختار طوعاً التألم والشقاء بدلاً من السلام والسعادة. الجهل هو سبب المعاناة وهو العائق الذي ينبغي إزاحته والتخلص منه. الجهل هو عشبة ضارة، قوية الجذور، تنمو في حديقة الانسان وتزاحم النباتات الصالحة والمفيدة.

* * *

لا بد من التغلب على الجهل بالإرادة الحازمة والتصميم القاطع. يجب حرث تربة العقل بالتركيز الذهني الدقيق [على الإيجابيات] وسقي البذور الجيدة بماء الإيمان. وعندما تشرق

أشعة الحب الحيوية والدافئة سينمو نبت الخير ويتغلب على الأعشاب والحشائش المتطفلة لأن لا وجود للظلام مع النور.

* * *

إن بهجة الأشياء المادية تخمد وتتلاشى لكن الفرح الإلهي لا يخبو وهجه أبداً. إنه سعادة ربانية لا نهاية لها وتفوق حد الوصف.

* * *

يجب ألا نستخدم أبداً الأساليب المغلوطة للحصول على السعادة، وألا نتخلى عن السلام والثراء الروحي اللذين نمتلكهما في داخلنا طمعاً في الحصول على راحة موهومة وبحبوحة عيش براقة قد تلوّح لنا بهما الأفعال والتصرفات الجهنمية ذات الآثار المدمرة.

* * *

السكينة هي أفضل كاميرا لتصوير الحضور الإلهي. فمن خلال عدسة الطمأنينة الصافية والمركزة تركيزاً دقيقاً ستظهر الصورة المباركة واضحة بكل جلاء.

* * *

في الحقيقة إن كل الحكمة موجودة داخل نفسك وكل ما تحتاجه هو أن تصبح على دراية واعية بذلك .

* * *

الرضاء يكمن في تحسين الإنسان نفسه بحيث يسعى الآخرون إليه بدلاً من أن يسعى هو إلى الآخرين. يجب منح المحبة والصداقة دون توقع أي شيء أو المطالبة بأي شيء في المقابل. التوقع يجعل الشخص ضحية الشقاوة والتعاسة. وحتى عندما يبذل الشخص مجهوداً لتحسين نفسه يجب أن يقف بمفرده، آمناً مطمئناً في قلعة فضائله وقيمته الذاتية.

* * *

لتنبجس شلالات البهجة والتفاؤل من قلبي على الدوام وليلامس رذاذها المنعش كل الذين أقابلهم.

* * *

الفرح الروحي يولِّد في النفس الرغبة لمساعدة الآخرين من كل ناحية، وينمّي القدرة على تذوق المتع المعنوية الراقية

التي تقود إلى السعادة مما يقلل من الميل إلى الملذات الخشنة.

* * *

مهما كان دورك صغيراً يبقى مع ذلك بأهمية أكبر الأدوار من حيث المساهمة في إنجاح المسرحية الكونية التي تؤديها النفوس على مسرح الحياة.

* * *

الوعي الكلي هو وعيٌ مطلق لا نهائي، دائم التجدد ولا نفاد لإبداعه، ومن خلالك يحاول الإعراب عن مظهر فريد من ذاته.

* * *

إن تذوقت الحب الإلهي ولو مرة واحدة فلن تتخلى عنه أبداً لأنه لا يوجد شيء آخر مثله في الكون بأسره.

* * *

العارفون بالله بلغوا مراحل روحية متطورة جداً بحيث لا يكتفون بتقديم النصح الروحي وحسب للخاطئين، بل يمكنهم – بفضل الله وعونه - شحنهم بالقوة الروحية التي تحررهم من نتائج أعمالهم الآثمة.

* * *

إن كل الأعمال الصالحة والشريرة كامنة في خلايا الدماغ وتظهر على هيئة عاداتٍ أو نزعات صالحة أو شريرة في الفكر.

* * *

الإنسان الذي يعاني من عادات غير سليمة بسبب خلايا دماغه المشحونة بقوة تلك العادات يمكن تحرير نفسه بقوة الإرادة والتأمل والدعاء الصادق والتأكيد الإيجابي المتواصل إلى أن تتحول كل عاداته غير المرغوبة إلى عادات طيبة من السلام والهدوء. هذا يحدث عندما تعمل قوة الحياة الموجّهة توجيهاً صحيحاً على تغيير الطبيعة غير السوية لخلايا الدماغ بحيث تصبح تلك الخلايا مفعمة بكل ما هو طيّب وصالح وجميل.

* * *

الفهم هو عين الباطن ورؤية الروح وتلسكوب القلب.. وهو التوازن بين رزانة العقل ونقاء الوجدان.

* * *

في كل يوم نبصر مشاهد مختلفة، وكل يوم يأتي بدرس جديد ينبغي تعلّمه، ويُتوقع من الإنسان أن يتعلم الدرس بالتركيز على الغرض الأسمى من وجوده: التعرف على مصدر كينونته وسند حياته.

* * *

لنعمل على نسيان أحزان الماضي ولنصمم على عدم التركيز عليها. وبإصرار أكيد وإرادة فاعلة لنجدد حياتنا، ولنعزز نجاحاتنا، ولنغذّ في نفوسنا العادات الطيبة والسجايا النبيلة.

* * *

إن من يظهر ضعف الآخرين ويسبب لهم الإحراج والحنق هو بعيد عن الحكمة والسداد.

* * *

أقوال لكل زمان ومكان

المتناغمون مع الله يبصرون جمالاً أخاذاً ويتذوقون عذوبة فائقة لا سبيل لاختبارهما بأية طريقة أخرى.

عندما نادتك روحي انفجرت سحب صمتك يا إلهي وانهمر غيث رحمتك مدرارا حتى غدا فيضاً من نعمتك غزيرا. ولقد غمر نهرك المبارك ضفاف كياني فغاصت نفسي في مياه الأبدية وذابت فقاعة حياتي الصغيرة في بحر وجودك الكلي..

لقد علمني مرشدي كيف استعمل إزميل الحكمة لأصنع من نفسي معبداً يليق بالحضور الإلهي.

إن أردت أن تحقق هدفاً سامياً، إبدأ بتصميم نموذج ذهني له. يمكنك الآن أن ترسّخ أي توجّه في وعيك فيما إذا غرست فكرة قوية في عقلك، عندها سيمتثل كيانك بأسره لتلك الفكرة وتأتي أفعالك مطابقة لها.

عندما تلامس القلب الإلهي ستتلاشى مصاعبك وسيملأ الحب قلبك، وستتراقص الاختبارات الروحية الرائعة كفوارات نقية في حدائق فكرك.

غيومٌ كثيرة تحاول أن تواريك وتحجبك عني، لكن من خلال ندى دموع الشوق يظهر لي إسمك المبارك وامضاً بحروف ذهبية ساطعة من وراء كل الستائر والحجب.

نقاء الوجدان يعني التعامل بشفافية مع الحقيقة.

هناك ضرورات حيوية وما يعتبره البعض "ضرورات" مع أنها غير ضرورية ولا لزوم لها. يجب تبسيط الحياة بالتركيز على الاحتياجات الأساسية والاستغناء عن الكماليات غير الضرورية.

ما أسماكِ أيتها الصداقة، وما أخصب تربتك وأقدسكِ! المحبة غذاؤك والإخلاص مشربك.

عندما يسير اثنان بوئام وانسجام بالرغم من خلافاتهما، يجمعهما هدف واحد هو العثور على راحة النفس وطمأنينتها في المحبة النقية والوفاء المتبادل... وحيث لا يلتمس المحب المتع على حساب المحبوب.. عندها، وفي حديقة الإيثار تتفتح أزاهير الصداقة العاطرة وتنفح أريجها الفواح.

العالم يدرب عقولنا على نحو مغاير ويجعلنا نعتاد على أشياء كثيرة بحيث نبدأ بالتفكير بأن لا سعادة ترجى بدون تلك الأشياء. ولكن يجب تبسيط الحياة وكذلك تبسيط حياة الأطفال وإلا ستعلمهم الحياة من خلال خيبات الأمل المريرة.

الحقيقة أكثر صحة وواقعية من مجرد الفكر أو الخيال، ولكن ما نفكر به أو نتصوره قد يتحقق في بعض الأحيان

الخيال عنصر بالغ الأهمية في عملية التفكير الخلاق. ولكن يجب أن ينضج الخيال ويتحول إلى قناعة راسخة، وهذا غير مستطاع بدون إرادة قوية.

إن تصورت شيئاً ما بكامل قوة إرادتك سيتحول خيالك إلى قناعة ذاتية، وعندما تستطيع الاحتفاظ بتلك القناعة

بالرغم من كل الآراء المعاكسة ستتجسد قناعتك على أرض الواقع.

يجب أن يتعلم المرء الوقوف بمفرده، مدعوماً بفضائله وقيمته الذاتية.

الفرح الروحي هو فرح متجدد ويظهر على نحو متزايد في المتفكرين بعمق بالله. وهو فرح يساعد على اتخاذ القرارات الصائبة والقيام بالأعمال الصحيحة، ولدى العثور عليه تتلاشى الرغبات والمشتهيات غير السليمة لأنها تفقد جاذبيتها مقارنة بالفرح الروحي.

لقد وهبنا خالقنا القدير الحياة والقوة والحكمة ومن واجبنا إيلاؤه اهتمامنا ورفع قلوبنا إليه حباً وامتناناً وعرفاناً بالفضل والجميل.

ساعدني يا إلهي كي لا أضرم نار الغضب حتى لا أحرق بلظى الحنق واحات السلام الخضراء في نفسي ونفوس الآخرين. ساعدني كي أخمد نار الغيظ بأمطار محبتي دائمة الانهمار.

فلتبقَ بحيرة رقتي وأنسي هادئة ساكنة لا تثيرها عواصف السخط التي لا تجلب سوى الشقاء.

القيام بأعمال مدفوعة بالإحساس بالواجب، أو تضحية الرغبات الشخصية خدمة ومحبة بشخص آخر هو أفضل بكثير من عمل ذلك من قبيل الخوف.

حتى عندما يكف الإنسان عن تجاوز القوانين السماوية يجب أن يفعل ذلك محبة في الله لا خوفاً من عقابه.

مهما كانت الأمور التي تخشاها، حوّل فكرك بعيداً عنها. اتركها لله وعزز ثقتك به.

الخوف يلازم الإنسان على الدوام، والتخلص منه ممكن بالتفكير بالله والإحساس بحضوره.

قد يكون من الصعب في البداية السير على دروب الفضيلة، لكنها دروب مباركة تفضي إلى راحة الوجدان والسعادة الحقة.

ليشرق مجد الله على كل زاوية من زوايا حياتنا، ولتسكن محبته قلوبنا، وليغمر نوره وعينا.

أيا محبوبي الإلهي، الزهور تتفتح والفصول تتغير وكلها تتحدث عنك. البدر يظهر ملامح ابتسامتك، والشمس تحمل قنديلك السماوي. إنني أعوم في بحر من دموعي المنهمرة شوقاً إليك. في أوراق الشجر وعروق البشر تنساب حياتك وحيويتك، وأحس بخفقات قلبك الكوني تنبض في خافقي.

عندما ألامس حضورك أشعر بأنني مستيقظ في عالم آخر وبين الفينة والأخرى أحلم بهذه الأرض وبهذا الجسم الصغير – جسمي. إنني مستيقظ في غبطة لا تنقطع وحلمي النهاري بحياة دنيوية تعطره ذكريات يقظتي السعيدة بك. لقد اقتلعت أعشاب

الكوابيس من حديقة أحلامي وزرعت مكانها ورود إلهاماتي حيث سيجتذبك أريج أشواقي فتأتي لتأخذني معك إلى آفاق النعيم الأبدي.

اجعلني يا إلهي شفافاً بالطهارة والنقاء علني أبرز نورك الشافي في داخلي .

هدّىء مرآة عقلي المهتزة كي تعكس وجهك اللانهائي.

افتح نوافذ الإيمان على مصراعيها حتى أتنسم عبير سلامك.

أيها النيّر بذاته، أيها الجلال الذي يعصى على الوصف، حدّق بعينيّ الوالهتين شوقاً إليك علني لا أبصر في الوجود سواك.

خلف كل ظواهر الحياة ومظاهرها يكمن صوت الله الصامت الذي ينادينا على الدوام من خلال الزهور والأسفار المقدسة ومن ضمائرنا وكل الأشياء الجميلة التي تجعل الحياة جديرة بالعيش.

كل مجهود يبذله المريد لارتياد القمم الروحية يحتسبه الله له ويثيبه خيراً عليه.

نسألك يا رب أن تومض عقولنا بنور حقك، وأن تنبض قلوبنا بحبك، وتمتلىء نفوسنا بغبطتك وفيض نعمتك .

من ذلك الأفق الشفاف الذي لا يمكن للعقل اختراقه يسكب الله نوره السرمدي.. ومن العقل الكوني تأتي الإلهامات السامية والقوى المباركة وينساب النشاط الخلاق إلى العقول المتفتحة والمتناغمة.

عندما تجد أن نفسك وقلبك وكل خلجة إلهام والسماء الزرقاء والنجوم المشعشعة والجبال والأرض والطيور والزهور جميعها ينتظمها خيط واحد من الايقاع الكوني والفرح الروحي والوحدة الشاملة... ستدرك عندها أنها كلها أمواج على صدر المحيط الإلهي الذي لا ساحل له.

إذا نسينا خالقنا فإننا نستحق الآلام. يجب أن ندرك بأن الله حبيبنا ويحبنا، وهذه المعرفة ستحررنا من مشاكلنا ومعاناتنا.

المحب الصادق لله لا يوقف بحثه عنه حتى وإن لم يوفق في العثور عليه بعد محاولات عديدة. ومثلما ينبغي للموجة أن تعود إلى قلب المحيط بعد هدوء العاصفة، هكذا الحال مع

الباحث الجاد، فهو يمتلك إيماناً ضمنياً بأن العوائق ستتداعى ولا بد أن يتوحد مع المحيط الكوني عاجلاً أم آجلاً.. ذلك المحيط اللانهائي الذي منه أتى وإليه يعود.

عندما يفكر العقل بالمحبوب الإلهي على الدوام يصدح القلب بأناشيد البهجة والفرح.

الابتعاث الروحي هو بزوغ الإنسان مما هو عليه الآن إلى ما سيكون عليه في المستقبل.

لا يستطيع الشخص إخفاء طبيعته الحقيقية عن الآخرين... فاهتزازات أفكاره ستنعكس بكيفية ما على سلوكه وتظهر من خلال تصرفاته.

هناك العديد ممن لديهم مفهوم خاطئ عن الحرية، فهم يعتبرون الحرية عمل كل ما يحلو للشخص أن يفعله، وأنا أدعو هذه الحرية حرية الهوى.

وبسبب الفهم المغلوط لطبيعة الحرية الحقيقية يوجد بعض الآباء والأمهات الذين يجعلون من أبنائهم عبيداً للعادات من خلال الاستجابة الفورية لرغباتهم. وهكذا ينشأ الطفل مفتكراً أنه ما دامت رغباته محققة فإنه سعيد وأن هدف الحياة هو تحقيق كل رغبة. لكنه يكتشف فيما بعد انه كان واهماً، إذ أن العالم الخارجي يختلف كلياً عن الحياة البيتية، ويكتشف انه ليس بالأمر السهل تحقيق كل رغبة! فالآخرون قد يزاحمونه ويدفعون به جانباً من أجل تحقيق رغباتهم الشخصية دون اهتمام او مبالاة به. وهو بدوره يصبح قاسي القلب متبلِّد الأحاسيس بفعل الرغبة الجامحة في تحقيق رغباته. لذلك على الآباء والأمهات مساعدة أبنائهم كي ينموا إرادتهم وتمييزهم ليتمكنوا من العيش في العالم دون الوقوع في شراكه ومطباته.

الأم تقول "علمه بمحبة". طبعاً المعاملة بمحبة مستحسنة في معظم الأحيان، لكن كثرة الحلاوة تفسد الأسنان، وبالمثل كثرة الدلال تفسد الأطفال. الحاجة تمس إلى قدر من الصرامة والحزم، ولكن إذا عومل الطفل وعوقب بكثير من القسوة على غلطة ارتكبها فالنتائج ستكون وخيمة. يجب أن يكون هناك توازن في معاملة الأطفال والتعامل معهم؛ فعلى كل أب أن يمزج

مزاجه بالحب والحنان، وعلى كل أم أن تتبّل حبها بالحكمة والعقلانية.

على الإنسان أن يحتفظ بحالة نفسية مستقرة من الحب لله والشوق له. لقد جرّبت أعمالاً كثيرة، ولكن مهما تكن طبيعة عملي فإن فكري يبقى دوماً مع الله.

يجب أن نستمتع بهذه الخليقة إنما دون السماح لها باستعبادنا. ولقد علمتني التجارب أن لذة العثور على الله لا تعادلها لذة أخرى.

قبل الشروع بمهام كبيرة، يجب الجلوس بهدوء وتسكين الحواس والأفكار، والتأمل بعمق وطلب العون الإلهي من أجل الحصول على الهداية الروحية والتوجيه السديد.

دعني أدرك أن الابتسامة المرتسمة على محيا الفجر، على ثغور الزهور، وعلى وجوه النبلاء من الرجال والنساء هي ابتسامتك.

لن تؤثر بي الصور المتعاقبة للمصائب وسوء الطالع والمرض أو أي عوائق غير متوقعة لأنني أدرك بأن الوعي المنضبط والوثيق الصلة بالوعي الكوني لا يعاني ضمناً من الإخفاقات والمنغصات.

الحرية تعني القدرة على التصرف بوحي الحكمة وليس وفقاً لإملاءات الأهواء والعادات والنزوات. إطاعة الأنا تقود إلى العبودية، أما الامتثال لإيحاءات الروح فيفضي إلى التحرر من القيود.

لا فرق عندي إن عشت في قصر فخم أو كوخ متواضع ما دام الله معي.

سأستخدم مالي المكتسب بأمانة كي أعيش ببساطة، مستغنياً عن العيش الباذخ.

بالإيمان بالله وباستخدام قوة الإرادة يستطيع الإنسان التغلب على المرض والفشل والجهل ما دامت اهتزازات الإرادة أقوى من اهتزازات الأمراض الجسدية أو النفسية. وكلما كان المرض مزمناً كلما تعين أن تكون الإرادة أقوى وأكثر تصميماً، والإيمان أعمق وأرسخ، من أجل تحقيق النتيجة المرجوة.

ألهمني يا رب كي أحصر ثقتي بك لا في وسائل الحماية البشرية وحسب. دعني لا أخدر بالخوف والقلق قواي غير المحدودة لمواجهة أي من تجارب الحياة.. ودعني لا أتخيل الحوادث والنكبات والمصائب خوفاً من تجسيدها الفعلي بقوة التفكير والتصور، ولأدرك يا رب أنه سواء كنت مستيقظاً أو نائماً، صاحياً أو غارقاً بأحلام اليقظة، حياً أم محتضراً، يظل مع ذلك حضورك الواقي يشملني ويحرسني.

يقول الحكماء: إن ثمرة الأعمال الطيبة المدفوعة بحب الله والفضيلة هي التوافق والنقاء. وثمرة الأعمال المدفوعة بالرغبات والطموحات الأنانية هي الألم والعناء. أما ثمرة الأعمال الشريرة فهي الجهل والغباء.

العمل الطيب يثمر السعادة والأعمال الدنيوية المشبعة بمحبة الذات عاقبتها المعاناة والألم. أما الأعمال الشريرة المتواصلة فتقضي على ملكة التمييز والفهم في الإنسان.

إن أردت أن تحيا بسلام ووئام فيجب أن تكون نواياك طيبة وأن تبث أفكار الخير ومشاعر المحبة. إن عشت حياة فاضلة ستساعد الآخرين من خلال نموذج حياتك ومسلكك الحسن.

في اللحظة التي ينتابني القلق والتشويش الذهني سأركن للسكون والتأمل حتى أستعيد هدوئي، وسأستفتح كل يوم بالتفكير بالله وطلب عونه وهدايته.

صمم على عدم السماح لأعشاب الكراهية الخانقة بالنمو والتغلغل في بستان حياتك المليء بمزايا الروح النبيلة. وكلما نمّيت الصفات والمزايا الشبيهة بالورود العاطرة كلما أظهر لك الله سر الوجود الأعظم في كيانك.

إن غاية الحياة تتمثل في إحراز السلام والرضا والخلود والسلامة ومعرفة الحقيقة، وفي صميم هذه الأماني التي تعتمل في نفوسنا يكمن الجوهر الإلهي في أعماقنا.

فلأعثر على حريتي بك يا رب، ولأدرك أن بيتي الحقيقي هو وجودك الكلي وأنني جزء لا يتجزأ من وعيك الكوني.

أيها البحر الرباني الزاخر، دع أنهار رغائبي المنسابة وسط صحاري العوائق والعراقيل تمتزج أخيراً في خضمّك الأعظم.9

فقط في الحصن الإلهي نجد حماية وأمناً، وليس من ملجأ آمن كالشعور بقربنا من الله وملامسة حضوره .

بما أن الإنسان محكوم بالعادات التي تشكّل الميول والنزعات والطباع والرغبات، فإن كانت تلك العادات سيئة تصبح الطباع مؤذية والأفعال شريرة. لذلك من المستحسن أن تكون الأولوية للعادات الطيبة لأنها عندئذ توجه أفعالنا وأفكارنا نحو أهداف نبيلة وتعود علينا بالصحة والسعادة.

حيثما وُجِدت نفوسٌ حزينة ومتألمة أجد راحتي في خدمتها وتقديم العزاء لها. سأبذل ما بوسعي لإسعاد الآخرين وسأشعر بشعورهم كما لو كانوا نفسي.

القدرات العقلية موجودة في الإنسان ولكنها غير نامية في معظم الناس، وعدم تنمية تلك القدرات يقود إلى عواقب وخيمة. فالعقل كالجسد يحتاج إلى الغذاء المناسب والتمرين الصحيح من أجل الصحة والنشاط.

الماسة تستقبل وتعكس النور، وهكذا النفوس النقية الشفافة التي تعرف الله وتتألق بحضوره.

يا رب، أنت الثروة الحقيقية في الحياة، وبالعثور عليك أولاً سأجد بك كل ما أحتاجه.

عادة ما يركز الناس فقط على الطعام والهواء وأشعة الشمس لإبقاء الجسم في حالة جيدة، لكن قد يأتي وقت تتدهور فيه الصحة بالرغم من وجود مدد وافر من هذه المصادر الخارجية للحياة. عندئذ تبزغ الحاجة لشحن بطارية الجسم بالطاقة الحيوية من المصدر الداخلي.

إن اقترب قاربُ عقلي من صخور الرغائب الجشعة التي تنطوي على أخطار ومحاذير، مدفوعاً بأنواء الجهل العاتية، فكن يا إلهي منارتي وارشدني دوماً إلى شطآن بِرك وصلاحك.

الفكر كاللهب الذي ينبغي استخدام قوته المركزة لحرق العقبات التي تحول دون تحقيق الإنجاز.

يمكن العثور على الله بالحب الإلهي المتواصل. عندما نحب الله أكثر من عطاياه سيأتي إلينا. لقد منحنا حرية الإختيار وقوة الإرادة لكي نتمكن من التمييز بين عطايا العالم الطفيفة الزائلة وهبة القرب منه والتنعم بحضوره المبارك.

لقد أُعطيت لنا الذاكرة كي نتدرب على تذكّر الأشياء الطيبة إلى أن نتمكن أخيراً من تذكّر الخير الأعظم: الله.

نسيم حبك ينساب من خلالي يا رب! وأوراق أشجار حياتي تتراقص مبتهجة بقدومك. حفيفها المغتبط ينساب في الأثير ويدعو المتعبين كي يستريحوا في ظل سلامي الروحي.

ليس المقصود من صعوبات الحياة أن تسبب لنا الأذى، ففي المشاكل والأمراض دروس لنا. تجاربنا المؤلمة ليس الهدف منها القضاء علينا بل لصهر الشوائب التي في نفوسنا من أجل تنقيتنا وتسريع عودتنا إلى مصدرنا النقي – الله - الذي يعمل بشتى الوسائل والطرق على مساعدتنا وإعادتنا إلى بيتنا السماوي.

اللانهاية هي بيتنا الحقيقي وسياحتنا إلى هذه الأرض وفي هذه الأجساد المادية هي بمثابة رحلة بتأشيرة قصيرة الأجل.

يا رب، إنني أدرك بأن المديح لا يرفع من قدري ولا المذمة تقلل من شأني. فأنا كما أنا أمام ضميري وأمامك. سأواصل السير على الطريق، باذلاً ما بوسعي لخدمة الجميع، وعاملاً على كسب رضاك.. وبذلك تكمن سعادتي.

إنك مخلوق فريد وجوهرك رائع، فتعرف على ماهيتك الحقة.

مع بزوغ فجر قدومك ستتفتح براعم أشواقي إلى زهور عاطرة ناضرة.

عجّل يا رب بإطلالة ذلك اليوم الذي به أضفر قلادة من تلك الزهور الندية وأضعها على أعتابك المباركة.

بدلاً من السعي الدائم لإسعاد الشخص نفسه وحسب، يجب أن يحاول أيضاً العمل على إسعاد الآخرين. وعندما يحاول تقديم خدمة روحية أو عقلية أو مادية للغير، سيجد أن احتياجاته الذاتية قد تحققت... وأن كأس حياته طافح بالسعادة.

الذين يحرزون على الأرض انتصاراً باهراً على الظلام سيكون نور المجد من نصيبهم وسينعمون بالسلام والسعادة الباطنية.

انثر يا رب عى الدوام بذور بركاتك في تربة قلبي المحروثة بالابتهال كي تنمو إلى أشجار ظليلة تحمل غصونها أشهى وأعذب ثمار معرفة الذات.

غالباً ما نظل نتألم دون أن نبذل مجهوداً للتغيير، ولهذا السبب لا نجد سلاماً ورضاً دائمين. لو واظبنا على المحاولة وبذل المجهود لاستطعنا بكل تأكيد التغلب على كل الصعوبات. يجب أن نسعى جاهدين للانتقال من الشقاء إلى السعادة، ومن القنوط إلى الشجاعة.

أيها الحب الإلهي، وحّد محبتي بمحبتك، وامزج حياتي بسرورك، وعقلي بوعيك الكوني، واسقني من ينبوع فرحك الأبدي.

قلب المريد الصادق يلهج دوماً: "يا إلهي وحبيبي، لا أريد الإنغماس في معمعان هذا العالم الوهمي، وكل ما أريده هو إيقاظ حبك في قلوب الناس. إن قلبي وروحي وجسمي وعقلي وكل ما أملكه هو لك يا رب." ذلك المريد يصل إلى الله ويتعرف عليه.

امنحنا يا رب فكرة جديدة وحقيقية عن الإخاء. فلنهجر الحروب ولنشفِ جراحات الشعوب بمرهم المحبة والبلسم الدائم للفهم الودي التعاطفي.

باركنا كي نتحرر من نفوذ الطمع وهيمنة الخداع وسيطرة الأوهام، وساعدنا كي نبني عالماً جديداً لا يكون فيه المرض والجهل والمجاعة سوى أحلام من الماضي الموحش الكئيب.

دعنا نحل كل المشكلات لا بمنطق الغاب بل بالفهم والصواب والثقة الراسخة بك وبعدلك الإلهي.

لقد جمعتنا الحياة هنا لنبقى معاً لفترة من الزمن ومن بعدها ننطلق في اتجاهات مختلفة. ولكن إن كان حب الله يسكن نفوسنا فلا يهم إلى أين نتوجه لأننا مهما ابتعدنا عن بعضنا سنظل في دائرة الحب الإلهي ولن نفترق أبداً.

اجعلني يا رب نسر التقدم الروحي المحلق عالياً فوق أزقة ضيق الأفق والتطرف.

نادني إلى آفاق أعلى وأعلى، خلف الاهتزازات الأرضية الكثيفة والغيوم الحاجبة لنور الشمس.

فلأستقل جناحيّ التوازن للعيش الصحيح، ولأنطلق إلى تلك الأجواء الشاهقة فوق كل العواصف والأعاصير حيث الآفاق الرحبة والمدركات السامية.

يأتي السلام عندما نفتح قلوبنا للمحبة ومشاعر الخير. فذوو القلوب المُحبة والناشطون في الأعمال الخيرة يشعرون بالسلام لأنه يسكن بهم. السلام هو محراب السماء وهو الركيزة الأساسية للحياة السعيدة.

يجب أن نفكر دوماً بالجمال الإلهي خلف الأزهار، وبالنور الكوني خلف الشمس، وبالحياة العظمى التي تومض في كل العيون.

عندما يكون الشخص لطيفاً حقاً ويبدي احتراماً نحو الآخرين، ويقابل المجاملة بمثلها، سيُعامل دوماً بتقدير واحترام.

سأبث محبتي للآخرين علني أفتح منفذاً لمحبة الله كي تأتيني وتسكن قلبي.

دعني يا رب أكون منارة للغارقين في لجج الأحزان.
وساعدني كي أعمل على إسعاد الآخرين عرفاناً للفرح الروحي الذي أغدقته عليّ.

سأصهر الكراهية في نار محبتي.. وسأسامح الآخرين وأمنح الحب لكل القلوب الصادية.

الحب الحقيقي هو الحب الذي يَسعد براحة المحبوب.

ليشرق يا رب نورك علينا وليملأ حبك قلوبنا على الدوام.

إن امتلاك الإنسان لروح المبادرة يعني امتلاكه لقوة التصور الإبداعي التي تمكّنه من ابتكار شيء ما لم يسبقه إليه أحد من قبل... كل شخص مولود بهذه الميزة الموهوبة له من الله.

إن أعظم حب هو الحب الإلهي الذي يجعل الحياة جميلة على نحو يصعب وصفه. عندما تشعر أن الله معك، يأتي إليك حيثما كنت ويرشد خطواتك يكون الحب الإلهي قد بدأ.

قوة الحق تنطلق بعكس اتجاه الريح.

يا رب، عندما تواجهني مشاكل مؤقتة، دعني أتذكر أفضالك العميمة عليّ في الماضي، موقناً بأن عونك لا يفارقني وعنايتك تواكبني على الدوام. إليك أرفع امتنان قلبي لكل بركة تأتيني من يدك الكريمة.

قطرات الحب تشعشع في النفوس الطيبة، والله يمكن العثور عليه فقط في بحر الحب.

الفهم هو المصباح الذي ينير درب الإنسان ويجلب له النجاح.

في فصل الربيع يرصع الله الطبيعة بأبهى الورود والأزهار ذات الحلل البديعة والألوان الزاهية.

السلام هو البشير الأول الذي يعلن الاقتراب من الحضرة الإلهية. بعد ذلك يتحول السلام إلى أنوار أشد سطوعاً من الفرح الذي لا انتهاء له.

عندما أغوص عميقاً في بحر التأمل أشعر بخفقة مباركة داخل كياني وأسمع صوتاً هامساً يقول: "إنني قريب."

يجب التوجه إلى الداخل حيث تعرب النفس عن ذاتها. فمن أعماق الروح تبزغ كل اختبارات الحياة الباطنية.

عندما تحقق النفس ذاتها مع الوعي الإلهي تشعر بغبطة عظيمة وبتمددها في الفضاء اللامحدود.

إن استخدمت كل الوسائل والوسائط الخارجية المتاحة لك، إضافة إلى قدراتك الطبيعية، من أجل التغلب على كل العقبات التي قد تعترض طريقك، فستنمّي القوى التي وهبها الله لك: تلك القوى غير المحدودة التي تنبثق من أعمق أعماق كيانك.

الحب يسير على الدرب الذهبي الذي يوصل إلى الله.

سأنشر أشعة شمس الأماني الطيبة والنوايا الحسنة حيثما تسلل ظلام سوء الفهم.

عندما تهجم عليك المصاعب ومع ذلك ترفض التوقف عن المحاولة وبذل المجهود، بالرغم من كل العوائق والعقبات، عندئذ يستجيب لك الله ويكلل مساعيك بالنجاح.

يا رب، سأقتطف زهرة الشوق من بستان قلبي وأضعها تقدمة حب على أعتابك المقدسة.

بما أن أفكارنا وكلماتنا هي البذور التي ستجلب لنا محصول المستقبل، سأبدأ من اليوم بملء وعيي بالأفكار الإيجابية الطيبة.

أطير وأحلق بطائرة وعيي إلى أعلى وأسفل، شمالاً ويميناً، في الداخل والخارج وفي كل مكان.. لأجد أنني في كل ركن من أركان الفضاء كنت وما زلت في حضرة الله.

عِش كل لحظة في وعي علاقتك بالمطلق اللانهائي. لا توجد نهاية لوعيك، وكل الأشياء تومض وتتألق كالنجوم في سماء كيانك.

الترك أو عدم التعلق هو الطريق الحكيم الذي يسير عليه المريد، مترفعاً بإرادته عن أشياء زهيدة من أجل أمور جليلة. إنه لا يقيد نفسه بالمتع الحسية العابرة رغبة في الحصول على فرح باطني متجدد. الترك ليس غاية بحد ذاته لكنه يمهد الطريق لبزوغ مزايا النفس وقواها الروحية.

المظفر الروحي يتقدم بخطوات جريئة على دروب الحياة.

يجب أن يستفيد الإنسان إلى أقصى حد من حياته الحاضرة، وأن يفتح نوافذ قلبه ويوقظ وينعش ملكات روحه الهاجعة.

خلف أقنعة التغيير والتبديل يكمن الحضور الإلهي. ومن يقدر على تثبيت مرآة عقله ومنعها من الارتجاج، يعاين في تلك المرآة الصافية وجه المحبوب الكوني.

الحب أقوى من الموت ومن ويلات الزمن.

تحليل الذات هو سر النجاح، والتأمل هو مرآة نرى من خلالها زوايا داخلية تبقى بخلاف ذلك محجوبة عن بصرنا. يجب تشخيص الإخفاقات وفرز الميول الصالحة والطالحة والتعرف على معوقات التقدم والنجاح.

ما أروعك أيتها الصداقة! يا من تستقين من مياه الاهتمام الودي الصادق ويرطب أوراقك ندى العذوبة الداخلية والخارجية النابع من أعماق القلوب المخلصة الوفية.

رأيت ذات يوم نملة صغيرة تحاول تسلـّق كومة من الرمل، فقلت بيني وبين نفسي: لا بد أن النملة تفكـّر بأنها تتسلق جبال الهملايا! ربما بدت كومة الرمل هائلة الحجم بالنسبة للنملة ولكن ليس لبصري. وبالمثل فإن ملايين من أعوامنا الشمسية قد تكون أقل من دقيقة واحدة في عقل الله.

يجب تدريب أنفسنا على التفكير بالأمور العظيمة مثل الأبدية واللانهاية.

لقد تجولت في عالم اللانهائية وعاينت الضباب المتوهج في أرض النور، وفي ذلك الألق الحي قرأت معاني الخفايا المدونة على صحائف الزمن.

عندما تنام تقوم بتسكين الأفكار والإحساسات تسكيناً سلبياً. أما عندما تقوم بتهدئة الأفكار والإحساسات بطريقة واعية بالتأمل، تختبر أول ما تختبر حالة من السلام فتقوم عضلات الوجه بتشكيل ذاتها على هيئة ابتسامة تعكس سلام القلب. ولكن يجب أن تتطلع إلى ما بعد حالة السلام كي تبصر نقاء روحك. ذلك النقاء الذي لا تشوبه ولا تشوهه الإثارات الحسية أو ردود الفعل التلقائية الناجمة عن الأفكار المقترنة بالحواس. الحالة التي تختبرها عندئذ هي غبطة دائمة التجدد.

إن وضعتَ إناءً من الماء تحت ضوء القمر ثم خضخضت الماء ستخلق صورة مشوهة للقمر. وعندما يهدأ الماء في الإناء يظهر الإنعكاس جلياً. اللحظات التي يكون الماء في الوعاء راكداً وعاكساً لوجه القمر بصفاء يمكن مقارنتها بحالة السلام التأملية وبحالة السكون الأكثر عمقاً. في سلام التأمل تنعدم كل أمواج الإحساسات والأفكار من العقل. وفي حالة السلام الأعمق غوراً يبصر المتأمل في تلك السكينة بدرَ الحضور الإلهي منعكساً في بحيرة النفس.

هناك أربع حالات يعرفها الشخص العادي: فهو يشعر بالسعادة لدى تحقيق رغبة ما، ويشعر بالتعاسة إن امتنع عليه تحقيقها. أما عندما لا يكون سعيداً ولا مكتئباً فيشعر بالضجر. ولدى تخطي هذه العواطف أو الحالات النفسية للذة والألم والضجر يشعر بالسلام.

السلام حالة مرغوبة جداً ناجمة عن انعدام حالات الحزن واللذة وغياب السأم. وهذه الحالات هي دائمة التماوج على صفحة النفس. فبعد امتطاء هائج صاخب لموج الألم واللذة، بما في ذلك انغماسات متكررة في لجج الضجر، هناك متعة في العوم على صدر بحر السلام الهادئ. لكن أعظم من السلام هي النشوة الروحية.. غبطة النفس.. منتهى السعادة. إنها فرح متجدد لا يختفي أبداً بل يلازم الروح طوال الأبد. ذلك الفرح الأعظم يمكن بلوغه فقط بإدراك الحضور الإلهي.

الإبتسامة الحقيقية هي ابتسامة السعادة الروحية المتحصلة من التأمل والتفكير بالله والإحساس بحضوره.

ابتسامتي تنبع من ابتهاج عميق في كياني.. ابتهاج يمكن لكل إنسان أن يحصل عليه. فهو يشبه أريجاً متضوعاً من قلب وردة النفس المتفتحة. هذا السرور العظيم يدعو الآخرين للابتراد في مياه الغبطة المقدسة.

في نور الصفح المبارك تتلاشى ظلمة الكراهية المتراكمة على مدى سنين طويلة.

إن الله يحقق بسرعة أية حاجة لمتعبديه لأنهم تحرروا من الدوافع الأنانية التي تحبط المساعي وتخيّب الآمال.

من يحمه الله لا يقدر شيء على تدميره.

لسنا وحيدين في هذا العالم، فالله معنا وهناك علاقات ودية حميمة تدوم ونستمد منها الدعم والفرح

أيا كوكب الهداية المتألق في سماوات الحكمة، إن وميضك الباهر يدعوني لارتياد آفاقك المباركة، وطائر حنيني يندفع بسرعة فائقة، مخترقاً الأجواء الكثيفة المكفهرة، يحدوه الشوق إليك والتنعم بوهجك الأقدس.

تبدأ شخصية المرء بالتطور والتفتح عندما يتمكن من الشعور - عن طريق الإحساس الباطني الحدسي - بأنه ليس الجسد المادي الصلب بل التيار الروحي الأبدي داخل الجسد.

عندما يطفح قلب المريد بحب الله سيشرق وجهه بابتسامة السلام والحكمة، وستتفتت طبقات الجهل التي تغلف نفسه وتتلاشى تماماً.

عندما تنظر إلى زهرة أو شجرة تعلم أن هذه الأشكال الجميلة للحياة لم تأتِ للوجود من تلقاء ذاتها، فالله هو الذي صورها ووهبها الأريج والرونق البديع.

قم دوماً بإنجاز واجباتك الصغيرة والكبيرة بانتباه عميق، متذكراً بأن الله يهدي خطواتك ويعزز جهودك لتحقيق طموحاتك الشريفة.

عندما يتصل الإنسان بجوهره الروحي فإن الأزمان المنسية الغابرة وقوى النفس الخالدة ستعود إلى وعيه. في التأمل يتذكر الإنسان أنه نفس خالدة وليس جسداً فانياً.

في كل مكان نجد الناس، الطيبين منهم والأشرار، يبحثون بطريقتهم الخاصة عن السعادة. ما من أحد يرغب بإلحاق الأذى بنفسه. إذاً لماذا يتصرف بعض الناس بطريقة شريرة تسبب لهم حتماً الألم والحزن؟ لأن تلك الأفعال مدفوعة بالجهل والأوهام.

نسألك يا رب أن تشرق علينا بنور حكمتك وأن تبعد عنا ظلمة الجهل والوهم.

يجب أن يكون الشخص الواعي حذراً بدلاً من الشعور بالخوف، ويجب أن ينمي داخل نفسه إحساساً جريئاً دون طيش وتهور كي لا يعرّض نفسه لظروف قد تثير الخشية والقلق.

الحكمة لا تعتمد على ضخ المعلومات من الخارج بل على قوة التقبل الداخلية والتي تحدد مقدار المعرفة الحقيقية التي يمكن اكتسابها والسرعة التي يمكن بها إحراز تلك المعرفة.

هذا العالم هو مجرد مسرح نؤدي عليه أدوارنا بتوجيه من مدير المسرح الإلهي. يجب أن نحسن الأداء بصرف النظر عن طبيعة الأدوار المخصصة لنا، متذكرين على الدوام أن طبيعتنا الجوهرية هي غبطة دائمة.

أحكم الحكماء هو من يسعى للتعرف على الله، وأنجح الناجحين هو من عثر على الله.

أيها المحبوب الإلهي، لتحتل المقام الأول في حياتنا، وليملأ حبك الشافي قلوبنا، وليبدد نورك المبارك ظلمة الهموم من نفوسنا.

الحرية معناها العمل بوحي الضمير وليس بإملاء العادات والرغبات. إطاعة الأنا وأهوائها تورث القيود، أما الإمتثال لإيحاءات الحكمة فيمنح التحرر من تلك القيود.

طمأنينة النفس يمكن العثور عليها بالتنمية الإرادية الواعية للمزايا الطيبة والتي عندما تصبح مكتملة النمو لا يمكن لأحد انتزاعها من صاحبها ما لم يختر هو التخلي عنها بمحض إرادته.

معظم الناس يبحثون عن السعادة باستخدام أساليب مغلوطة. البعض يظن أن باستطاعته مضاعفة سعادته بانتهاج سلوكيات خاطئة وأفعال غير سليمة تبدو وكأنها تمنح وعوداً براقة بسعادة عارمة دائمة فينخدع بتلك الوعود الزائفة إذ لا

يمكن تذوق طعم السعادة الحقيقية في جحيم الأوهام الباطلة والأفعال الخاطئة.

كل دقيقة هي أبدية لأن الأبدية يمكن اختبارها في تلك الدقيقة. الأيام والدقائق والساعات هي نوافذ يمكننا من خلالها رؤية الأبدية. الحياة قصيرة وفي نفس الوقت هي سرمدية لا انتهاء لها. النفس خالدة، وخلال فصل الحياة البشرية القصير يجب الاستفادة إلى أقصى حد من كل الإمكانات والفرص المتاحة.

الكلمات الروحية هي كالبذور التي تحتاج إلى تربة خصبة لكي تنبت وتنمو وتزهر وتثمر.

النمو الروحي يلزمه وقفة مع الذات، وإعادة ترتيب أولويات الحياة، وتحديد العادات الضارة والتخلص منها، ومراعاة قواعد وقوانين الصحة بما يتماشى مع الفهم الروحي المتطور والقوة العقلية المتنامية.

عندما يتذوق المريد الفرح الإلهي سيجد أن الله قد أصبح حقيقياً بالنسبة له أكثر من أي شيء آخر، وسيدرك أن ملامسة الحضور الإلهي غبطة لا تعادلها أية متعة حسية.

إن الله يعمل على إيقاظ وعي الإنسان الروحي وتوجيه إرادته في المسار الصحيح من خلال جمال الفضيلة وعظمة التسامح وجلال الحكمة وروعة السعادة الروحية.

لن أعتبر الآخرين غرباء لأنني أشعر بأن الجميع هم أخوتي وأخواتي. سأجعل حياتي ناجحة ومثمرة كي أساعد الآخرين على النجاح والإنجاز. سأشعر بشعور الغير وأتعاطف معهم مثلما أتعاطف مع نفسي. سأحب الله مثلما أحبه الأنبياء والأولياء، وسأرمي بالأنانية في بئر محبتي للآخرين.

خلف هذه الحياة الأرضية المتقلبة والخاضعة للموت توجد حياة أبدية عديمة التبديل. الجسد مُركّب من عناصر كيماوية خاضعة للتحلل والاندثار، لكن ما وراء هذه الحياة العابرة توجد حياة سماوية خالدة في كنف الله. لذلك يجب ألا نحصر كل اهتمامنا في هذا الجسد غير الدائم، وعلى الراغب أن يتحمل تجاربه ويكون سيده.

اليوم سأحاول مساعدة المحتاجين وإعطاء ما أقدر عليه للجائعين.

إنني آمن مطمئن في حمى الله وخلف أسوار ضميري المرتاح. إنني واحد مع نور الخير الذي يهدي سفن الأنفس التي تتقاذفها أمواج الحزن في بحر الحيرة والقلق.

اليوم أحس بالله في خفقة السلام التي ترتعش في نفسي وتحرك أوتار قلبي.

سأعمل كل ما بوسعي لإسعاد الآخرين تماماً مثلما أعمل جاهداً لإسعاد نفسي، ومن خلال سعادتي الروحية سأخدم الجميع في بيت الحب الإلهي ولن أخشى شيئاً سوى نفسي فيما إن حاولت مخادعة ضميري.

من بساتين الروح

تنوي الذهاب إلى مكان ما، فتستعجل نفسك رغبة في الوصول إليه بسرعة، وعندما تصل تجد أنك لا تستمتع بالمكان بسبب ما يعتمل في نفسك من لهفة وقلق وربما اضطراب. حاول بدلاً من ذلك أن تكون أكثر هدوءاً ورصانة واتزاناً. وإن جنح الفكر للقلق والاهتياج اصفعه بإرادتك حتى يلزم الهدوء.

الإثارة تؤثر سلباً على توازن الأعصاب، لأنها ترسل كمية كبيرة من الطاقة إلى بعض أعضاء الجسم وتحرم غيرها من حصتها الطبيعية، وهذا النقص في التوزيع الصحيح للطاقة هو سبب العصبية. الجسم الهادئ المرتاح يريح الأعصاب ويستجلب الطمأنينة النفسية.

في تناغم النفس مع الله تبدأ البصيرة بالتفتح التدريجي. يجب امتلاك الثقة التامة بأن الله سيستجيب لكل ابتهال نابع من القلب. ومن يتوجه إليه طلباً للإستنارة سيفتح بصيرته وينير عقله وقلبه.

عندما تنفتح البصيرة فإنها تظهر بصورة شعور يبدو أنه نابع من القلب، وذلك الشعور على درجة عالية من الدقة والصفاء. ومع ذلك الشعور سيحصل المريد على قناعة راسخة وتوجيه صائب لانتهاج المسار الصحيح، وسيتمكن تدريجياً من تمييز ذلك الشعور والوثوق به.

هذا لا يعني الإستغناء عن التفكير، فالتفكير الهادئ وغير المتحيز يقود أيضاً إلى البصيرة. أما التفكير العاطفي المدفوع بالغرور والإعتداد بالنفس فيقود إلى فهم مغلوط واستنتاجات خاطئة.

ارفض رفضاً قاطعاً الشك الهدام والإعتقاد الخاطئ وتوجه قلباً وروحاً إلى مملكة الإيمان والثقة التامة بالله. وفي هدأة التأمل سيتمكن وعيك من التركيز على الحقيقة والفهم الصحيح. في ذلك الإختبار يزهر الإيمان ويتفتح، وعن طريق البصيرة ستختبر {ما لا عين رأت، ولا أذن سمعت، ولا خطر على قلب بشر}

كل نفثة من نفثات حنيني وابتهالي تفتح في روحي أبواباً ونوافذ منها أعبر إلى نعيم الله.

مثلما تشع الشمس على أكثر الطرقات اكتظاظاً هكذا سأبصر إشعاعات الحب الإلهي في كل الأماكن المكتظة لنشاطاتي اليومية.

باركني يا رب كي أوقظ روحي مع صحوة الفجر وآتي بها إلى أعتابك المباركة.

يا رب، امنحني روحاً تتسم بالسخاء كي أشارك الآخرين بما عندي وساعدني كي أبصر في بحيرة عقلي الساجية انعكاس قمر روحي متألقاً بنور حضورك.

اليوم سأغوص عميقاً في بحر التأمل والتفكير بالله إلى أن أعثر على لآلئ الحكمة والفرح الإلهي.

سأحبك يا رب أكثر من أي شيء آخر لأنني بدونك لا أقدر على محبة أي إنسان أو أي شيء.

في أغوار الجبال والسموات الساكنة.. وفي أعماق روحي وكهف السكون أحس بوجود الله وأشعر بغبطته الدائمة وأشرب من ينابيعه الصافية التي لا تنقطع ولا تجف طوال الأبد.

أحبك وأعبدك يا رب يا من يستوي حبك على عرش كل قلبٍ طيب ومحب.

<u>طلب أحدهم من المعلم برمهنسا كي يدله على طريقة تساعده على امتلاك شخصية مغناطيسية جذابة، فقال: يجب أن تكون ذا حضور فكري عند مخالطة الآخرين لأن شرود الذهن</u>

يدمر الشخصية أكثر من أي شيء آخر. طبعاً لا أقصد شرود ذهن العظماء الذين عادة ما تكون أفكارهم مستغرقة في أمور كبيرة.

كن يقظاً وواعياً دوماً وستصبح مغناطيسياً جذّاباً.

ما من أحد يحب أن يتجاهله الآخرون. كلنا نريد أن تراعى مشاعرنا ونؤخذ في الإعتبار، وبالمثل علينا أن نراعي مشاعر الناس ونبدي نحوهم اعتباراً، تحقيقاً للألفة والوفاق والإنسجام. ولكي تفعل ذلك يجب أن تكون يقظاً، متوقد الذهن، ومنتبهاً لكل من حولك.

لا قدرة للميت على إهانة الآخرين، لكن الذي لا يعيرهم انتباهاً يفعل ذلك.

عندما تكون في صحبة الآخرين تفاعل معهم بانتباه وحيوية واهتمام، لكن تحاشَ الحديث عن نفسك.

الكل يريد التحدث عن نفسه لكنه أسلوب واهٍ. ليتحدث الآخرون عن أنفسهم إن أرادوا، فاصغ لما يقولونه. دعهم يتحدثون عن مشاكلهم ومآثرهم وانطباعاتهم، أما أنت فدع مغناطيسيتك تتحدث عنك. نور المصباح يتحدث عنه بوضوح تام، فدع اهتزازاتك الصامتة تتحدث عنك بنفس الوضوح.

لقد أراني الله في رؤيا أن الذين يموتون في القتال يحلمون حلماً مريعا للموت، لكن حالما يرتفع الطيبون من الجسد يتيقظون كيقظتهم من كابوس مزعج ويسرّهم التحرر منه.

إن كل تجارب حياتنا هي جزء من الحلم الكوني. الإنسان هو من خلق كابوس الحرب، ولكن بعد أن يغادر ضحايا الكابوس أجسادهم يدركون أن ذلك كان حلماً مريعاً تيقظوا منه، ويدركون أنهم ليسوا أمواتاً. تلك حقيقة ميتافيزيقية عظيمة.

لو علم الإنسان أنه يحلم لما تألم من تجارب الحلم المزعجة. ولكن إن حقق ذاته مع الحلم ووجه له أحدهم ضربة قاضية فإن ذلك الموت الحلمي يبدو اختباراً حقيقياً ورهيباً حتى يستيقظ ويدرك أن ذلك لم يكن حقيقياً.

وهذا ينطبق أيضاً على حالة ما بعد الموت. فما أن نغادر أجسادنا حتى ندرك أن وعينا لم يمت بل أننا تحررنا من الجسد وقيوده ومحدودياته المادية، وفي ذلك الإنعتاق تكمن حرية كبرى.

يجب أن لا نطلب الموت أبداً، بل يجب بالأحرى أن نحضّر وعينا بالتناغم مع الله والتأمل عليه، بحيث عندما يأتي الموت في حينه نتمكن من النظر إليه كحلم ليس أكثر.

أستطيع أن أرى الطبيعة الحالمة للحياة والموت متى أردت. لذلك فإنني لا أعلق أهمية كبيرة على هذا الجسد.

هناك فيزيولوجيا روحية تقوم عليها الجملة العصبية، تتيح للإنسان على نحو فريد بلوغ أسمى مراحل تطور الوعي.

فدماغ الإنسان الأكبر من أدمغة معظم الحيوانات باستثناء الحوت والفيل هو أكثر تعقيداً ويمتلك أكبر قدرة على التفكير. وهذا يجعل من الدماغ البشري أداة مناسبة للإنسان الذي يمتلك وعياً أكثر تطوراً من وعي باقي المخلوقات. وتلافيف الدماغ الدقيقة والمعقدة تتيح للإنسان أكبر قدر من التفكير الكبير والعميق. ولذلك فالإنسان وحده قادر على بلوغ مستويات متقدمة من التمييز، وبالتالي معرفة خالقه. والحكيم هو من يوظف قدراته العقلية في خدمة ومنفعة البشرية على الصعيد المادي والعقلي والروحي.

حلَّ الشتاء بردائه الأبيض الزنبقي البارد
وتناومت رغائبي لمباهج الصيف.
وقيل لي كي ألتمس دفءَ قلبك الحنون..
وإذ أطلَّ الربيعُ راقصاً، مزداناً بشتى الزهور..
مضمخاً بعطر الحقول والروابي.. قيل لي كي أحبك يا إلهي.
وأتى الصيفُ منشداً ألحانه الخضراء في الأوراق الغضة وحفيف الحور وهفيف الصنوبر،
فألحَّ عليّ كي أنشد لك..
وحتى التربة الطرية القلب داعبت قدميّ المتعجلتين
والتمستْ منهما الاقتراب من محرابك الكلي الوجود.
وقالَ لي الشذى الناعم كي أتتبع مساره..
إلى هيكلك القدسي في قلب الورود والرياحين المتمايلة.
والطيور قالت لي كي أغني لك مثلها..
والنسيم المتماوج فوق الغدران والسواقي
أوقظ فقاعات محبتي لك فراحت تمرح فوق صدرك الكبير.

ومع ألياف العشب المنحنية بهاماتها تعلمت كيف أنحني وأسجد لك يا رب.

والبخور أيضاً حدثني عن روائع أريجك البديع

وكيف ينبغي أن أحتفظ بقلبي مليئا بعطرك القدسي أمام عرشك اللانهائي.

والأحجار الصغيرة الخرساء الصابرة قالت لي كي أبصرك حتى في الذين يحاولون سلبي سعادتي..

وطلبتْ مني السنون المنسية كي أرسل لأخوتي البشر رسالة محبة ووداد مغلفة في كل دقيقة وثانية..

وكل فكرة قالت لي كي أبحث عنك في قلبها..

وأوحى لي حبي كي أحب كل الموجودات بكَ..

وهمس حبي لي كي أحبك بما أوتيت من قوة يا إلهي.

ذات مرة استلقيتُ على سرير من الأعشاب والزهور وحلمت أن كل ما في الوجود جميل وبهيج.

كان رأسي مستنداً إلى حشائش طويلة خضراء وكثيفة، تروّح لي بنسمات تحمل شذىً عذباً.

ثم استحثني دافعٌ لأن ألمس يدي وجسدي، فدهشت من عظمة صانعه. أجل، دهشت كيف أنني أنا المتيقن من حقيقة جسدي سوف أغادره يوماً ما كي يتوسد الثرى... هذا الجسد الذي سيصبح بارداً، شاحباً، عديم الحركة وقت الموت، في حين يبدو الآن نابضاً بالحياة ويأوي مئات الأحاسيس وملايين الأفكار ومليارات الخيالات والتصورات.

هذا الجسد هو المسرح الذي تدور عليه فصول الحياة حيث تتفتح براعم البسمات لتعْقبها فيما بعد حتمية الوفاة. هنا وسط اللحم والعظم والدم، وخلف قناع البشرة الجميل تقبع ذئاب الأمراض وسباع الرغبات.. وهنا أيضاً تحت اللحم يوجد معبر سري إلى مملكة النور. هذا الجسد سيذوى ويضمحل عندما يغادره سيده – النفس – دونما رجعة. ولمَ لا؟ فعندما يسأم السيدُ المستنير للمقر الجسدي العيشَ في كوخ المادة الموحل المتداعي، مقيداً بحبال الأعصاب التي تقتضي رعاية دائمة، يطيب له الإقامة في بيت آخر في ركن ما من أرض الله.. في

بقعة أخرى من الوجود الكلي حيث يتضوع عبير الفرح في كل مكان ودون انقطاع.

النفس الخالدة تمثّل دور الحياة والموت بابتسامة دائمة ثم ترتحل إلى بيتها الأبدي.

هل يتحتم على المتفرجين المكوث للأبد في دار السينما بعد انتهاء العرض؟ قطعاً لا.. إذ يجب أن يعود الناس إلى بيوتهم. وبالمثل، تأتي النفوس إلى هنا للتمتع بالعرض السينمائي لهذه الحياة ثم ترحل وتعود ثانية. إنها تحب رؤية الأفلام والمسرحيات، وعندما تمل من مشاهدة العروض التي حلمت بها، وتتقن الدروس التي يريدها الله أن تتعلمها تعود مرة وإلى الأبد إلى مقر النعيم السرمدي.

عندما لا تكون القيم مؤسسة على الحق فهناك ثغرات يتسرب البؤس والمعاناة من خلالها. إن كانت القيم قائمة على الأنانية والصراع المميت والمنافسة الحادة فالنتائج ستكون ملوثة لأن البواعث تكون غير نظيفة، ولن يكون المال مباركاً في مثل هذه الحالة.

يجب أن يطهر الإنسان وعيه من الأنانية وأن لا يحاول الإغتناء على حساب الآخرين. التنعم الحقيقي هو معنوي وليس مادياً، والمكسب الحقيقي في الحياة هو امتلاك كنوز الحكمة والمعرفة ومحبة الله.

يجب أن نحيا ببساطة ونعمل دوماً على مساعدة الآخرين وتحسين أوضاعهم قدر المستطاع. لكن تلك الغاية الشريفة لا تنسجم مع الأثرة والجشع دون اعتبار للآخر.

الدنيويون غير متوازنين ولذلك لا يعتبرون ناجحين. العيش البسيط المتوازن هو فن رائع وهو علامة من علامات النجاح. من يجعل همه الأول والأخير تحصيل المال لا يلقى عند الله قبولاً.

صحيح أن الله غرس فينا الإحساس بالجوع علّنا نعمل ونعيل أجسادنا، لكن إعالة الجسد ليست غاية الحياة الوحيدة. الغاية هي أعظم بكثير من أي اعتبار مادي أو زمني مهما بدا رائعاً ومجيداً وباهراً.

سأل أحد المريدين المعلمَ برمهنسا عن كيفية الإحساس بالحضور الإلهي فقال: "كل ليلة، وقبل الإستسلام للنوم، تأمل

حتى تشعر أن وعيك قد اخترق عالم الأفكار ودخل بُعداً آخر. ومع ذلك فهذا ليس كل ما هنالك.. إذ بعد تحويل الفكر إلى الباطن يجب أن يتدفق الحنين وتندفع الأشواق كالطوفان نحو الله. عندما يسلّم المريد ذاته إلى الله تسليماً تاماً يحسّ فجأة بأنه لامس حضوره المبارك وتعرفَ عليه. وسيرى نوراً عظيماً في غاية السطوع، وقد يبصر الملائكة ونفوساً طيبة.. أو قد يشم عطراً سماوياً مثملاً، وسيعلم آنذاك أن الله قد استجاب له، وستنفتح بصيرته ويطلعه الله على خفايا الحياة. أو قد يغمره سلام عظيم أثناء التأمل. وإذا ما واصل التأمل وبث الله عظيم محبته سيحس بالفرح الإلهي الذي يفوق حد الوصف. وهنيئاً لمن يحظى بهذا الإختبار السعيد."

الحب الإلهي يفتح باب السماء حيث يدخل المريد إلى حضرة الله.

إن سأل إنسانٌ الله الكريم الحكيم كي يعطيه خبز الحياة الأبدية فلن يعطيه حجر الجهل المادي. وإن طلب المتعبد طعام الحكمة فلن يقدّم الله له حية الخداع. وإن سأل المتعبدُ الله الحصول على جوهر الغبطة الإلهية التي تطفئ كل ظمأ فلن يعطيه عقرب القلق والشقاء النفسي. إن عرف البشر المنخدعون كيف يعطوا أولادهم عطايا جيدة، فكم بالحري أن يعطي الرب – ينبوع كل خير ومسرّة – المعرفة الروحية والتنوير لمحبيه!

إن الله يجود بأسمى حكمة وأعظم معرفة على طالبيها، ويجود بذاته على المريد الجاد الذي لا يرضى عنه بديلا. من يبحث عن الله بمجامع قلبه وبكل همة هو أحكم الحكماء، وهو أعز الناس على الله. وعندما يتزايد حنين المتعبد يجلب لنفسه استجابة نادرة ومحبة من الله ويستمتع بنشوة الحب الفريدة التي يختبرها محبو الودود.

إن الشخص الحكيم الذي يلعب دوره في هذا الحلم الكوني بوعي روحي وشوق إلهي متعاظم هو قريب من الله عزيز عليه. فهو يمتلك المحبة النقية ويحب الله دون أي دوافع أنانية ودون أي شروط مسبقة، كأن يقول على سبيل المثال "يا رب سأتعبد لك شرط أن تمنحني الصحة والمال ورخاء العيش."

بين الحكيم والله محبة عميقة متبادلة لا حد لها ولا انتهاء. إن طلب أحدُهم الله طمعاً في غاية معينة فإن الله على دراية تامة بأن الإنسان مهتم بعطاياه أكثر من اهتمامه به.

ليس من الخطأ أن يصلي الإنسان من أجل تحقيق احتياجاته، لكن عندما يبتهل من أجل التعرف على الله ورؤية نور وجهه الكريم ينبغي ألا يرغب بأية مآرب شخصية من وراء ذلك وألا يكون فكره محصوراً بالهبات بل بالواهب نفسه. وعندما يتمكن المريد من القيام بذلك صدقاً فسيحصل تلقائياً على باقي الهبات الأخرى من ينبوع الجود وبحر الكرم.

طلب أحد المريدين من المعلم برمهنسا نصيحة حول كيفية التصرف حيال بعض المواقف والتعامل مع الآخرين، فقال:

اتبع الحق ولا تحد عنه، وتجنب التلفظ بما يجلب الأذى عليك وعلى الآخرين حتى وإن كان صحيحاً، ما دمت لا تبتعد بذلك عن روح الحق. وفي نفس الوقت يجب عدم الإنتقال إلى النقيض الآخر واللجوء إلى الكذب تجنباً لقول حقائق مؤلمة.

كن صادقاً مع نفسك ومع الآخرين دون التطرق إلى ما هو غير ضروري. قل الحقائق المُرضية وتجنب قول ما يؤذي الناس ولا ينفع أحداً. لا تطلع الآخرين على كل أسرارك رغبة منك بالصدق والصراحة، لأنك إن أطلعتهم على مواطن ضعفك فسيحاولون إيذاءك أو السخرية منك عندما يطيب لهم ذلك، فلماذا تمنحهم سلاحاً قد يوجهونه ضدك؟

تكلم وتصرف بكيفية تجلب السعادة والسلام لك ولغيرك.

من الضروري تنمية التمييز الروحي لمعرفة الفرق بين الحق الذي يجلب الخير وبين سرد وقائع دون النظر إلى النتائج التي قد تفضي إليها، فالأمور بخواتيمها... ليس من المستحسن قول كل ما تعرفه، وليس من المستحسن أيضاً المراوغة والتكتم على أمور ينبغي أن يعرفها الآخرون من أجل صالحهم.

عند عدم امتلاك التمييز الكامل فمن الأفضل التحفظ في الكلام إلى أن تمتلك إدراكاً مباشراً للحقيقة ذات النتائج العادلة للجميع.

داوم التفكير بالله واطلب عونه وهدايته وستنفتح بصيرتك فترى الأمور بوضوح وستحسن عندها التمييز.

شحن خلايا الجسم بحيوية الشباب

القوة الكونية تنساب إلى الجسم على الدوام ودون توقف، لكن معظم الناس لا يشعرون بهذا الفيض الحيوي الغزير. أما الذين يحسّون به فتتوهج خلاياهم بالنشاط ويشعرون بتيار منعش يمدّهم بقوة متجددة.

الطبيعة بأسرها تنحني إجلالاً لرب الكون، وقوّته تنساب من خلال الإنسان. لكن المشكلة تكمن في عدم توطيد العلاقة بين الإنسان ومصدر كل القوى . إننا نحيا مباشرة بالقوة الإلهية ولا جدوى لكل القوى الأخرى بدون قوة الله المعيلة.

الغذاء والأوكسجين وأشعة الشمس.. هذه العناصر يمكنها تزويدنا بالصحة إلى حدٍ ما، لكننا نحتاج لمعرفة الطريقة التي بواسطتها يمكننا الحصول على الصحة التامة من المصدر اللانهائي، لأن المصادر المادية هي مجرد بطاريات صغيرة تفرَغ شحنتها، في حين أن المصدر اللانهائي هو مولّدٌ جبار لا تنضب قواه ويمد النفس بالنشاط والسعادة والقوة دون انقطاع. لهذا من الأهمية القصوى الإعتماد قدر الإمكان على المصدر اللانهائي.

يجب أن يتعلم الراغب الطريقة الصحيحة للإستفادة من ذلك المدد الحيوي من مصدره مباشرة، ويجب أن يدرك أن الفكر هو حقيقة، فكل المظاهر الطبيعية هي تجسيد للفكر الإلهي لأن الله فكّر بهذه الأرض قبل خلقها.

كثيرون يعتقدون أن الفكر هو من نتاج الجسد، لكن تكوين الجسد الفائق الدقة، والتنسيق الرائع بين أجزائه وأعضائه يشير بوضوح إلى أن الجسد هو من صنع عقل كوني فائق السمو.

الفكر هو العنصر الرئيسي الذي يتحكم بالجسم، ومن المهم جداً أن يتجنب الشخص الإيحاءات الفكرية للقصورات البشرية من مرض وضعف وهرم وإحباط ، وأن يؤكد لنفسه أن نشاطاً لا ينضب ينساب من خلاله وهذا النشاط موهوب بالذكاء وقادر على شحن خلايا الجسم بالعافية وحيوية الشباب.

الفكر هو الدماغ والمشاعر وإحساسات كل الخلايا الحية، وباستطاعته إبقاء الجسد إما ناشطاً يقظاً أو خاملاً متبلداً. الفكر هو الآمر الناهي، والخلايا الجسدية هي رعاياه التي تمتثل لأوامر ونواهي سيدها المطاع: الفكر.

إننا نبدي اهتماماً ملحوظاً بنوعية الغذاء الذي نتناوله يومياً، وبالمثل يجب أن نهتم بنوعية الغذاء الفكري والنفسي الذي نقدمه لعقولنا كل يوم.

العالِم الميتافيزيقي يقول أن الجسد ليس موجة كهرطيسية بل مويجة من الوعي سابحة في بحر الوعي الإلهي.

كل يوم يجب أن نعزز قوانا الجسدية وأن نضاعف قوانا العقلية ونتعرف على ذاتنا الحقة بالتأمل والتفكير السليم والعمل الإيجابي المثمر والمفيد للجسم والعقل والروح معاً.

لقد أنعم الله عليّ بالسعادة خلال هذه السنوات المديدة من عمري. وسواء رأى الناس ابتسامة الرضا على وجهي أم لا، فإن الفرح الإلهي يلازمني على الدوام ولا يفارقني أبدا.. ونهر الغبطة العظيم يجري باستمرار تحت رمال وعيي ويتفجر ينابيعَ مباركة تروي حدائق حياتي.

لا تقلبات الحياة المفاجئة تقدر على تعكير صفو سلامي، ولا شبح الموت يمكن أن يسلبني تلك السعادة الروحية التي أحس بها.

كان من الصعب جعل تلك الحالة دائمة وغير قابلة للتغير، لكن ثمار الروح التي أتمتع بها الآن وأعمل على مقاسمتها الآخرين استحقت كل ذلك المجهود الذي بذلته من أجلها.

إنني أفكر وأعمل مدفوعاً بالروح الإلهي. لم يكن المال غايتي في الحياة بل خدمة إخوتي وأخواتي في الإنسانية. ولذلك فقد فتح الله لي الكثير من أبواب الخير لإعالتي وإتمام رسالتي.. وفي أية لحظة أحتاج إلى مساعدة يحققها الله لي على الفور.

أمنيتي الوحيدة هي خدمتكم، ولهذا الغرض أنا هنا.

إن قوة الله تعمل في حياتكم أيضاً. ستلمسون بأنفسكم هذه الحقيقة عندما يتعزز إيمانكم وتدركون أن الغنى لا يأتي من النجاح المادي بل من العلي القدير.

مع أن الحياة تبدو متقلبة غريبة الأطوار وغامضة تكتنفها الشكوك وتعج بكل أنواع المشاكل والإضطرابات لا زلنا مع ذلك في حماية الله الدائمة. يجب أن لا نضخم الأمور وألا نفقد رباطة جأشنا في مواجهة الأحداث لأننا إن سمحنا للهلع بالإستيلاء علينا

فإننا نمنح بذلك أهمية للشر ونعمّق جذوره التي تنمو وتترعرع في تربة الرهبة والقلق.

يجب ألا نتوقع الحصول على السعادة والسلام الدائمين من اختبارات الحياة، بل يتعين علينا التماسهما والعثور عليهما في داخلنا. عندها، مهما كانت التجارب التي نمر بها سنتعامل معها بنفس الكيفية التي بها نشاهد اختبارات وتجارب شخص آخر في فيلم سينمائي، سواء كانت سارّة أو مؤلمة.

بإمكان الشخص تحويل كل تجاربه إلى اختبارات تعيسة مؤلمة إن هو سمح لفكره بذلك. فهو قد يمتلك الصحة الجيدة ومع ذلك لا يقدّر قيمتها. لكن إن أصابه مرض سيتواضع عندئذ ويقدّر نعمة العافية. يجب أن نعترف بفضل الله ونشكره على نعمه التي يسبغها علينا دون أن ننتظر الظروف المعاكسة كي تجعلنا شاكرين وبالجميل معترفين.

الحياة يجب أن تكون مزيجاً من التأمل والعمل. عندما يفقد الإنسان توازنه النفسي يصبح عرضة لهجمات الهموم وأبخرة الأحزان ووخزات الألم. وإذا ما حاول خرق قوانين الصحة والبحبوحة والحكمة فإنه سيعاني لا محالة من المرض والفقر والجهل.

يجب أن نحتفظ بسرائرنا نقية ودوافعنا نظيفة وأن نتصرف بكيفية تجلب لنا السلام النفسي، وألا نسمح لظروف الحياة بتعكير صفونا وتدمير سعادتنا.

كما ينبغي أن نقوّي الفكر وأن نرفض حمل عبء الضعف العقلي والخلقي الموروث من سنين وأجيال. هذه الشوائب ينبغي حرقها في نيران التصميم الجديد والعمل المفيد. وبهذا التوجّه البنّاء يتمكن الراغب الجاد من بلوغ آفاق التحرر والحرية.

القوانين الأبدية للسعادة

قيل أن إبان الحِقبة الذهبية لأحد حكام الهند الأبرار لم تحدث أية حادثة ولا موت مبكر ولا نازلات طبيعية عكرت سلام مملكته وانسجامها التامين.

عندما يعيش أفراد الأسرة باستقامة أكبر سيشهد كل بيت مزيداً من الوئام والصحة والألفة. أما عندما يأخذ أعضاء الأسرة الواحد من الآخر بروح الأنانية القبيحة فإن البيت سيشحن تلقائيا

بالتنابذ والتباغض. وهذا ينطبق على الشعوب أيضاً. فعندما يحيا البشر بأمانة واستقامة سيبصرون مملكة الله على الأرض.

الوقت قصير. إننا اليوم هنا وغدا نرتحل. البحث عن الله هو أسمى امتياز للإنسان. يجب أن ننتفع من الحرية التي وهبها لنا الله في هذه الحياة ونستثمرها خير استثمار كي نتأكد بالإختبار الشخصي من الحقائق الروحية الأزلية.

الخطيئة هي كل ما يسبب الألم والمعاناة للإنسان. والفضيلة هي ما يجعله سعيداً على الدوام. إن كان الشخص لا يمتلك انسجاماً روحياً في أفكاره وسلاماً في ذاته، فلن يقدر البيت الجديد أو السيارة الجديدة أو أي شيء جديد آخر على جلب السعادة والطمأنينة لروحه، بل سيلازمه جحيمه النفسي حتى بامتلاكه تلك الأشياء الجديدة وأكثر منها.

للسعادة الحقيقية القدرة على تحدي الأحداث والصمود أمام كل الاختبارات الخارجية. فعندما تقوى على تحمّل العذاب الممض والمحن القاسية بفعل تحامل الغير عليك ومحاولاتهم الشريرة لإيذائك والإيقاع بك، وتقابل مع ذلك تعدياتهم بالمحبة والتسامح.. وعندما تتمكن من الإحتفاظ بسلامك النفسي بالرغم من الوخزات الأليمة للظروف الخارجية، عندها ستتذوق طعم السعادة.

تقول الأسفار المقدسة أن الذي يتجاهل الوصايا الإلهية ويجري وراء أهوائه ورغباته الحمقاء لا يعثر على السعادة ولا يوفق في الوصول إلى غايته القصوى. وتهيب بالباحث عن الحقيقة بأن تكون الكتب المقدسة المنارة والحَكم في تقرير ما ينبغي عمله وما يجدر تلافيه، وأن يتبصّر الأمور ويتصرف على هدي الحكمة.

إن ذوي القناعة الذاتية هم الذين يسلكون باستقامة. السعادة تأتي فقط من التفكير النظيف والعمل المستقيم. إن كنت سعيداً الآن ستكون سعيداً في المستقبل هنا وفي العالم الآخر.

يجب أن نختزن محصول الخير باستجماع ثمار الحكمة ما دامت شمس الفرص المتاحة مشرقة. وبعبارة أخرى يجب اغتنام الفرص قبل فوات الأوان.

(واغتنم الفرصةَ إن الفرصةْ   تصيرُ إن لم تغتنمها غصةْ)

لقد وضع الله لنا قوانينَ روحية تدعى وصايا. لكن هذه الوصايا يتم تجاوزها وخرقها في كل يوم وفي كل مكان. وما لم يفهم الناس معناها الروحي فسيتذمرون وينفرون منها دوماً. تلك الوصايا هي قوانين سلوك أزلية تؤيدها كل الأديان السماوية. لكن النصوص في معظم الأحيان لا تفسر الجانب السيكولوجي لهذه الوصايا والفوائد التي تقترن بتطبيقها. الناس يتقبلونها في أماكن العبادة لكنهم لا يتصرفون بمقتضاها خارج تلك الأمكنة، مبررين ذلك بأن تلك الأحكام هي غير عملية أو منطقية ولا تناسب روح العصر. ومع ذلك فإن انتهاك تلك الوصايا هو السبب الرئيس لكل شقاء في العالم.

ولكن ما هو نفع تلك الوصايا وأين تكمن فوائدها؟

الكتب المقدسة تنصح الإنسان بأن يتفكر في الله ويغمر عقله به ويسلم كل الأمور له وأن يعبده عبادة صادقة لا تخالطها مراءاة ولا يشوبها رياء.

معرفة الله يجب أن تكون غاية الحياة. الواجبات الدنيوية لا يمكن إنجازها دون الإستعانة بالقوى الممنوحة للإنسان من الله. فإنجاز الشخص لواجباته العادية مع نسيانه لله هو خطأ وخطيئة.

الخطيئة معناها الجهل: التصرف بكيفية معاكسة لخير الإنسان الأعظم.

لماذا يشعر الناس بالحزن والندم؟ لأنهم لم يتصرفوا باستقامة.. لأن الله لم يكن الأول في قلوبهم.

يجب ألا يكون في حياة الإنسان أي شيء يؤلهه ويعتبره أهم من الله. إن اهتم المرء بالله اهتماماً صادقاً وقام بواجبه الروحي نحوه ستتحسن أوضاعه على كل صعيد وسيشعر بالأمن والطمأنينة بالرغم من كل الظروف المحيطة به.

حالما يشرع الإنسان بعبادة الممتلكات والمال والشهرة وأي شيء آخر ما عدا الله تكون التعاسة من نصيبه. الذين يحصرون جل اهتمامهم في تلك الأمور هم بالحقيقة يعبدونها ولذلك لا يقتربون من الله بل يبتعدون عنه. أما الذين يتفكرون

في الله ويتأملون عليه ويناجونه في ضمائرهم فيقتربون منه ويشعرون بفرح باطني لتواصلهم الصامت معه.

الله وحده قادرٌ على تحقيق أحلام وآمال الإنسان في الحصول على سعادة دائمة. ولذلك يجب عدم السماح لأي شيء بأن يحتل مكان الله في القلب.

هناك رموز مقدسة قد تساعد المريد على تذكر الله والتقرب منه. ولكن إن راح الإنسان يعبد تلك الرموز فيصبح ضررها أكثر من نفعها. العبادة يجب عدم توجيهها إلا لله لأن لا شيء غيره يستحق العبادة.

مهما كانت طبيعة العبادات الطقسية فإنها مقبولة عند الرب ما دام المتعبد يؤديها بوعي روحي وشوق لله. لكن الكثير من الناس لا يدركون جوهر العبادة فيتحولون بأفكارهم وقلوبهم من الله إلى الطقوس فلا يستفيدون كثيراً من عبادتهم تلك.

المتعبدون الصادقون لا يسمحون لوعيهم بأن ينحصر في أية صورة أو شكل، لكنهم يركزون بأعمق محبة وانتباه تام على الروح الإلهي خلف كل الصور والأشكال.

الله مطلق لا نهائي ولا يمكن لأية صورة أو تمثال احتوائه.

يمكن القول أن الله يَظهرُ في كل من يحبَّه محبة خالصة ويتوافق معه لأنه حاضر في كل مكان ولذلك فهو حاضر في الجميع. لكن ليس لكل واحد القدرة على إظهار الحضور الإلهي. الشمس تسطع بنفس المقدار على قطعتي الفحم والألماس، لكن الألماسة تستقبل نور الشمس وتعكسه، بينما الفحمة لا تستطيع ذلك. وبالمثل فإن كل الناس يعومون في نور الله ولكن قلة قليلة باستطاعتهم استقبال ذلك النور وإظهاره في أفكارهم وأعمالهم. ولكي يفعلوا ذلك يجب أن يطهروا أنفسهم بالتأمل وباتباع التعاليم والوصايا الإلهية.

عندما نتلفظ باسم الجلالة يجب أن نكون على دراية وجدانية وثيقة بما نقوله. لو استطعتَ أن تنفذ إلى أفكار الناس أثناء صلاتهم لوجدت أن معظمهم يفكرون بكل شيء آخر ما عدا الله، مع أنهم يتلفظون بإسمه! فصلاة من هذا النوع عقيمة وبلا قيمة.

عندما نصلي يجب أن نبذل قصارى جهدنا كي نحصر كل ذهننا في الله بدلا من ترديد إسمه المبارك وفي نفس الوقت نسمح لأفكارنا بأن تحوم حول أشياء أخرى. لقد كانت إحدى عماتي تردد صلواتها على السبحة وكانت السبحة نادراً ما تفارق يدها. لكنها اعترفت لي ذات يوم بأنها بالرغم من ممارسة عادة الصلاة تلك لأربعين سنة بطولها لم يستجب الله لصلواتها. لا عجب! فإن "صلواتها" لم تكن سوى عادة عصبية ليس إلا.

عندما نصلي يجب أن لا نفكر بأي شيء آخر سوى الله. ويجب أن نعمل ما بوسعنا لأن نكون صادقين في عبادتنا مخلصين في دعائنا. لا بأس من استخدام السبحات والتلفظ الدائم بإسم الله عندما تكون الممارسة نابعة من القلب ومدعومة بالإخلاص وتركيز الذهن. ولكن هذه الممارسة قد تصبح آلية مع الأيام.

يجب أن نهمس إسم الله في قلوبنا على سبحة الشوق والحب الإلهي، وتلك هي العبادة الفعلية التي تلامس قلب الله. التلفظ باسم الله بشعور بارد وفكر شارد هو تجديف على المقدسات واستهتار بها. عندما يصلي المرء يجب أن يمتلئ قلبه وعقله بحب الله. إن التدرّب على تركيز العقل بالرياضة اليوغية العليا يساعد على التقرب من الله المصدر الأسمى ذي البهاء والسناء مثلما يساعد على التفكير بالله والتواصل معه.

الحاجة تمس إلى تخصيص يوم من أيام الأسبوع للخلوة الروحية (إن أمكن) قصد التفكير بالله والاستمتاع بالسكينة حيث السلام والراحة النفسية. إن وقتاً تصرفه على هذا النحو سيكون بلسماً شافياً للمتاعب والمضايقات التي تمر بها خلال باقي أيام الأسبوع.

كل واحد يحتاج إلى قضاء يوم واحد من كل أسبوع في الخلوة أو "المستشفى الروحي" كي يبرأ من جروحه وآلامه النفسية. عندما يصبح ذلك اليوم يومَ سلام وفرح ورضاء ستنتظره بشوق من أسبوع لآخر.

الخلوة هي ثمن العظمة. وستندهش للنتائج الرائعة التي ستحصل لعقلك وجسمك ونفسك بفضل تلك الخلوة الروحية والتواصل مع روحك ومع الله. إن كنت تصبو للسعادة الحقيقية

فيجب أن تغمر نفسك في بحر السلام الإلهي في الصباح الباكر عند الإستيقاظ، وأيضاً قبل النوم ليلا.

إن حكماء الهند ينصحون ليس بيوم واحد للخلوة وحسب، بل يؤكدون الحاجة للتأمل الهادئ خلال أربع فترات محددة في اليوم. عند الفجر، وقبل النهوض ورؤية أي إنسان، يجب الاستمتاع بالهدوء والإحساس بالسلام. وعند الظهيرة يجب تهدئة الفكر قبل تناول طعام الغداء، وكذلك الاستمتاع بقسط آخر من السلام قبل تناول وجبة العشاء، وقبل الذهاب للفراش ليلا يجب الدخول في حالة السلام ثانية.

الذين يراعون الصمت بدقة أثناء الخلوة وخلال هذه الفترات اليومية الأربع لا بد وأن يشعروا بتناغم مع الله. ومن لا يستطيع مراعاة كل هذه الفترات فيجب أن يكرّس فترتيّ الصباح والليل على الأقل. وبفعل ذلك ستتبدل حياته نحو الأفضل وسيشعر بالسعادة، والتجربة خير برهان.

إن بقيتَ تكتب شيكات وتوقع عليها دون إيداع ما يكفي من رصيد لتغطية حسابك المصرفي فسينفد ما لديك من مال. وهذا ينطبق أيضاً على حياتك. فبدون الودائع المنتظمة من السلام في حساب حياتك ستـُصرف قدرتك وتنفد سكينتك وتتبخر سعادتك. وباختصار ستعاني في النهاية من الإفلاس العاطفي والعقلي والجسدي والروحي. لكن التأمل اليومي العميق على الله سيعوّض النقص في نفسك.

المريد الراغب يتأمل كل يوم ويناجي الله بكل ما في قلبه من حب وحنين متودداً إليه كي يظهر ذاته له. إن كنت من عشاق الله وتتشوق لملامسة حضوره فيجب أن تغمر عقلك وجسمك بسلامه وستبتسم لك الحياة وتتحسن أمورك من نواحٍ عديدة. الشخص الهادئ نادراً ما يرتكب خطأً، وينجح حيث يفشل الآلاف غيره.

الذين لا يفكرون بالله ولا يهتمون به يصابون بالكآبة والنكد. يصبحون عصبيين ويتحولون إلى آلات متحركة.

إن شمس الحكمة والسلام ستشرق في سماء السكون وستغمر كيانك بأشعتها الشافية ما دمت تبذل مجهوداً روحياً وتمنح المقام الأول لله في قلبك.

يوم التأمل يجب أن يكون أيضاً يوم راحة نفسية وجسدية وتنمية السلام المقدس. وكل نشاط يثمر حكمة وسلاماً هو نشاط مبارك في ذلك اليوم.

أما بخصوص إكرام الوالدين فالكتب السماوية أوصت بهما خيراً: "أكرم أباك وأمك" "وبالوالدين إحسانا".

الأب والأم البشريان ينبغي تكريمهما كنائبين لله الذي زودهما بموهبته لخلق الإنسان. الأم هي محبة الله النقية المجسّدة لأن الأم المُحبة تصفح حيث لا يسامح أحد. والأب هو مظهر الحكمة لله والحماية لعياله.

يجب أن لا يحب الإنسان أباه وأمه بمعزل عن الله، بل كمظهر لحبه ذي الحماية والحكمة. إن الروح الإلهي الفائق يصبح الأب والأم كي يساعد الطفل، لذلك يجب إكرامه في الوالدين.

كما توصينا الكتب المقدسة بعدم القتل رغبة في القتل، لأن المرء يصبح عندئذ قاتلاً. يجب أن لا يسلب الإنسان حياة إنسان آخر في لحظة انفعال عاطفي عنيف. ولكن إن تعرّض أحباؤه للخطر فيجب أن يقاتل من أجل حماية الذين منحهم الله له، إذ للإنسان واجب مقدس للدفاع عن أسرته وبلاده.

وبخصوص التحذير من الزنا، فالغرض المثالي من الإتحاد الجنسي يجب أن يكون إنجاب أطفال مخلوقين على صورة الله، والإعراب عن الحب النقي الذي يشعر به شريكا الزواج اللذان يبصران الله في أحدهما الآخر. أما الذين يعيشون على المستوى الجسدي وحسب، دون أي اعتبار للحب الحقيقي أو الهدف السامي الذي من أجله خلق الشعور الجنسي فيرتكبون الزنا بحسب هذه الوصية. ففي هذه الحال لا يفترق الإنسان عن الحيوان الذي يقضي شهوته الجنسية ويمضي في حال سبيله.

لقد خلق الله هذا الدافع الخلاق في الرجل والمرأة للإنسال والتعبير عن الحب الحقيقي المتبادل في الحياة الزوجية ولا ينبغي إساءة استعماله بخلاف ذلك بل تحويله إلى نشاط ومعرفة مقدسة.

إن استطعت التحكم بالقوة الجنسية وتوزيعها في كيانك ستتمكن من تنمية قدرات عقلية عظيمة للكتابة والرسم أو للإفصاح عن مواهب كامنة في طرق أخرى لا تحصى.

وإذ تتمكن في نهاية المطاف من ضبط النشاط الخلاق وتحويله روحياً ستشعر بسلام عظيم وحب كبير وغبطة روحية متزايدة.

فالقديسون والأقطاب الروحيون الذين حولوا نشاطهم الجنسي تحويلا روحيا هم جبابرة قادرون على القيام بإنجازات مدهشة ومذهلة في العالم وفي البحث الباطني عن الحق.

وهكذا فإن أسمى استخدام للدافع الجنسي هو تصعيد قوّته أي تحويل طاقته إلى هدف أسمى من أجل إظهار الحكمة والأفكار السامية والمثل الروحية. يجب أن لا يتلذذ الإنسان بالأفكار الجنسية أو يشتهي جنسياً ما هو محرّم عليه. وعندما يحرز هذا النوع من ضبط النفس سينظر نظرة سليمة إلى الجماع وغرضه السامي.

إن الإستعباد للأمور الجنسية يعني فقدان الصحة وضبط النفس والسلام الفكري، وباختصار كل مقومات السعادة التي يحتاج لها الإنسان.

كما تهيب بنا الكتب المقدسة بألا نسرق. فلو كانت هناك جماعة مؤلفة من ألف شخص وكل واحد راح يسرق من الآخر لكان لكل واحد 999 عدواً. لهذا يجب أن لا يتعدى الشخص على حقوق غيره وأن لا ينتزع منهم أرضهم أو سلامهم أو محبتهم أو كرامتهم أو أياً من ممتلكاتهم المادية والمعنوية. إن لم تشعر بالرغبة في أخذ ما ليس لك فالذي تحتاجه أو ترغب فيه سيأتيك. السرقة تتولد أولاً في الفكر عندما يبدأ الشخص بحسد الآخرين. يجب نزع بذور المشتهيات الخبيثة من الفكر. الإيثار الروحي هو الطريق.. عندها سيجتذب الشخص البحبوحة تلقائياً وتتوارد عليه الخيرات من حيث يدري ولا يدري. إنه قانون إلهي لا يخطئ. أما السارقون والأنانيون فيلهثون طوال عمرهم وراء المادة وعيونهم دوماً على ما بحوزه الآخرون، حتى ولو كانت خزائنهم ملأى بالذهب.

وما لم يتم التخلي عن الأنانية المادية لا يمكن أن يعرف العالم السعادة.

تأتي السعادة فقط بالتعاون الروحي. عندما يحس الشخص باحتياجات الغير كما لو كانت احتياجاته الخاصة ويعمل من أجل الآخرين كما يعمل من أجل نفسه.

وهناك وصية أخرى هامة وهي عدم الشهادة بالزور. فإلحاق الضرر بأي إنسان من قبيل تشويه الحقيقة هو أسلوب آخر لتمزيق السعادة الإجتماعية. إن كان الإنسان يرغب في أن يُعامَل معاملة حسنة فينبغي أن يعامِل الآخرين بنفس الكيفية.

يجب قول الحق دائماً إنما يجب التمييز بين قول الحقيقة وإدراج الوقائع. فالإشارة إلى شخص ما بأنه أعرج أو أعمى هي إشارة مؤلمة ولا خير فيها، إذ ينبغي مراعاة مشاعر الآخرين ومحاولة عدم إحراجهم. كما أن الإخبار بحقيقة من شأنها خيانة شخص آخر دونما غاية شريفة هو خطأ أيضاً. من ناحية أخرى يجب أن لا يكذب الشخص تجنباً لقول الصدق، بل بإمكانه أن يلتزم الصمت حيال بعض المواقف لئلا يحرج الآخرين أو يلحق الأذى بهم.

ويجب أن يحترس الشخص من الحسد الذي هو مرض أكال ينهش سلام الروح نهشاً. كلما اشتهى المرء ما للآخرين كلما زادت تعاسته وتضاعف شقاؤه. الحاسد يمضي حياته منغصاً لا يعرف لراحة البال طعماً. الأحرى به أن يحترم نفسه ويعتمد عليها وأن يطلب الثراء الروحي داخل نفسه.

كرامة المرء وقيمته الذاتية هي أعظم بكثير من أي شيء يتوق إليه ويرغب في الحصول عليه. إن الله ظاهر في كل إنسان بكيفية غير ظاهرة في أي كائن بشري آخر. فوجهه ليس كوجه أي إنسان آخر، ونفسه ليست كنفس أي إنسان آخر.. لأنه داخل نفسه يكمن أعظم كنوز الكون على الإطلاق.. وذلك الكنز الأعظم هو الله.

لسنا مكبلين بالماضي

عندما يمتلك الإنسان الإيمان الصحيح ويعمل بموجبه يكون أكثر سعادة من أولئك الذين يعوزهم الإيمان ولا يقومون بأداء الواجبات المترتبة عليهم في معركة الحياة.

فالإيمان السليم والعمل الصحيح (المدعوم بالدوافع النبيلة والنوايا الطيبة) موجودان دائماً وأبداً حيثما وجدت السعادة ومفقودان بفقدانها. من هنا يمكننا الإستنتاج أنهما شرطان أساسيان للسعادة التي لا يمكن تحصيلها بدونهما. فليس على الراغبين في امتلاك السعادة إلا امتلاك هذين العنصرين الأساسيين اللذين هما ركنا السعادة ودعامتاها.

لا يستطيع الإنسان أن يتحكم – على هواه – بمكونات الكون اللامتناهية، أو تعديلها أو محوها.. فتلك المكونات ترتبط خيوطها الدقيقة ارتباطاً وثيقاً بنسيج حياته ولا يمكن له العمل بمعزل عنها. لكن باستطاعته أن يتحكم بعقله بحيث يتأقلم معها فلا تلحق به الأذى.

أسلافنا كانوا أكثر سعادة منا ليس لأنهم امتلكوا من الأشياء والمتع الدنيوية أكثر مما نمتلكه الآن، أو لأنهم كانوا أقل عرضة لمشاكل الحياة، بل لأنهم امتلكوا التوازن النفسي الذي منحهم الراحة والسلام والقناعة وباختصار.. السعادة.

لم يعتمدوا على ظروف خارجية لإسعادهم، ولم يستسلموا لظروف خارجية من شأنها أن تفقدهم سعادتهم. فشعورهم بالراحة والسلام والسعادة والرضى كان شعوراً اعتيادياً، طبيعياً، صحياً ومستداماً. ونحن أيضاً ينبغي أن ننمي ذلك الشعور فيما إذا رغبنا بامتلاك السعادة. ومن منا لا يرغب بامتلاكها؟

القدَر هو نتيجة ممارسة سابقة للإرادة الحرة أو حرية الإختيار. فبممارساتنا الماضية لحرية الإرادة جلبنا ونجلب على أنفسنا القضاء والقدر. لكننا لسنا مكبلين بالماضي ولسنا مقيدين بنتائج أعمالنا إلى الأبد، إذ بإمكاننا أن نقتلع ما زرعناه ونمحو ما كتبناه إن نحن رغبنا بذلك وعملنا جاهدين على تصحيح المسار وتحسين نوعية الثمار. فإن قضينا على بذور الأفعال ذات النتائج المؤلمة وغرسنا بدلاً منها بذورا أكثر ملاءمة لطبيعة النفس فلا بد أن نجني ثمار السعادة من تلك البذور الصالحة المستنبتة في تربة النفس. لا بد لنا من ممارسة الإرادة الحرة الآن، الآن وليس غدا، إن نحن رغبنا بتحصيل مقدار أكبر من السعادة أو بتقليل المعاناة والألم.

وعليه فإن شروط السعادة كامنة في ذات الإنسان وما عليه إلا أن يتعامل بجدية مع تلك المعادلة التي لا تخطئ وستكون النتائج لصالحه إن هو أحسن التقدير والتعامل. أما صاحب الإرادة القوية فيتوافق مع الله.

طاقة العقل المركزة

عندما تقوم بتركيز أشعة الشمس من خلال عدسة مكبّرة على نقطة صغيرة، فإنها تنتج حرارة، وتلك الحرارة يمكنها إشعال الخشب والقماش والورق وغيرها. وبالمثل، عندما تركز العقل تركيزاً دقيقاً يمكن لطاقته المركزة أن تحرق شرور وشروش الشك علة كل فشل، وتجعل نور الحكمة يسطع بوهج وتألق

عندما يتناغم الفكر مع الله منبع كل الخيرات ومصدر كل القوى المباركة، يصبح على دراية بالحضور الإلهي، ويمتلك كل مقومات النجاح. تلك المقومات هي وثيقة الصلة بقوة الله الجبارة، القادرة على خلق أسباب جديدة للنجاح في أي مضمار

كلل الله المساعي الحميدة والجهود الخيرة بالنجاح.

المتاعب والمضايقات تحدث بسبب عدم دراية الإنسان بأعماله الماضية التي قام بها في مكان ما وفي زمن ما. فمعاناته الحالية ناجمة عن أفكار وأفعال صدرت عنه فتجسّدت بذوراً تغلغلت في تربة الوعي فأنبتت نبتاً وأخرجت ثمراً له نفس مواصفات الأفكار التي أطلقها والأفعال التي قام بها.

عندما تنظر للشمس على بعد ملايين الأميال في الفضاء، فإن ذلك النجم الهائل يبدو أصغر بكثير من أرضنا، ومع ذلك فإن قطر الأرض هو 7900 ميلا على وجه التقريب، وقطر الشمس يفوق قطر الأرض بمائة مرة أو أكثر. فلو تمكنت من وضع كوكبنا الأرضي بمحاذاة الشمس لظهرت الأرض كنقطة صغيرة مقارنة بالشمس. ولنفرض أن المجال الشمسي الجبار آخذ في التمدد والاتساع حتى تبتلع كتلته العملاقة السماء الزرقاء برمتها، فالسماء التي نراها هي ليست سوى جزء صغير بل ذرة دقيقة من الفضاء الذي يتخلل الكون اللا متناهي. ولو واصلتْ الشمس اتساعها وتمددها في الفضاء إلى ما لا انتهاء، لما تمكنت مع ذلك

من الإحاطة باللانهاية. إن الوهم الكوني للصغر والتناهي يحد ويصد العقل عن إدراك ذلك الاتساع الكوني، ومن أين أتى هذا الفراغ المطلق، وأين هي حدوده؟

إن الذي لا يخضع للأبعاد والمقاييس ولا حد له ولا منشأ هو الله الكلي الحضور والموجود في أقصى أقاصي الفضاء، إنه في النجوم البعيدة النائية، مثلما هو موجود في داخلك وداخلي، وهو على دراية واعية بكل حيّز يشغله مهما كان صغيرا أو كبيرا. من كتاب "غاية الإنسان القصوى"

ابتهالات

يا رب
خذ بيدي من الديجور إلى النور
أيها السكون الكوني
أسمع صوتك في خرير الجداول وشَدْو البلابل
في نحيب الرياح وهدير الموج ودويِّ الاهتزازات
أيها الرب المحبوب
لا بالكلام أعبدك، بل بحنين القلب الملتهب شوقاً إليك
دعني أبصر امتدادك الواسع
وجودك الدائم خلف كل الأشياء
علِّمني أدرك أنني جزء من كيانك الذي لا يتغير طوال الأبد
أيها الأوقيانوس الزاخر
ليت أنهار رغائبي المتعرجة وسط صحاري العوائق والعقبات
تمازج أخيراً خضمك الأعظم
ساعدني كي أصغي لصوتك يا رب
الصوت الكوني الذي عنه انبثق اهتزاز الكون
دعني أدرك حضورك من خلال الصوت المبارك (أوم – آمين)
اللحن الأقدس لكل الأصوات المباركة
وسِّع وعيي كلما أصغيت لسيمفونية الوجود
دعني أشعر أنني المحيط الكوني
ومُويجة الجسد المتراقصة على صدره
ليتردد الصوت الأقدس في كياني

موسّعاً وعيي من الجسد إلى الكون
علني أشعر بالغبطة الدائمة الشاملة
متفجِّرة من بحر النور الزاخر
أيتها القدرة اللانهائية
أيتها الحكمة السرمديَّة
اشحني ذاتي باهتزازك الروحي
يا صوت الكلمة الكونية المباركة
سدِّد خطاي
لازمني
خذ بيدي من الديجور إلى النور

كلما فكرتُ بك يا رب يتولد في كياني فيضٌ من الشوق المتأجج، فيهز مشاعري ويسري من قلبي إلى كل خلايا جسمي فيشحنها بالحب الإلهي.

أقصى أمنياتي هي بلوغ قـُدس أقداس كيانك والتلذذ بحضورك.

وفجأة ينفتح باب الروح، فتغمرني غبطة عارمة لمرأى نورك الوهّاج!

الماضي مجهول لمعظم البشر باستثناء قلة قليلة من المستنيرين. ومع ذلك فإن جهلنا بالماضي هو أيضاً لصالحنا. فلو عرفنا كل ما فعلناه في هذه الحياة وفي حيوات سابقة لهذا التجسد لصُعقنا للتراكمات الهائلة ولأصبنا بالذهول ، بل ولربما أصيبت إرادتنا بالشلل التام من هول المفاجأة فنعجز عن مواصلة السعي ونقع فريسة الإحباط. وحتى في هذه الحياة الدنيا فإن النسيان نعمة من نعم الله، فلا تطغى على فكرنا وشعورنا تذكارات الماضي، لا سيما المُرة والأليمة منها

لكن لحسن الحظ فإن الشرارة الإلهية بنا دائمة التألق بالأمل وبالرغبة في مواصلة مسيرة الحياة التي لا تتوقف. ويجب أن نشكر الله على هاتين النعمتين: نسيان الماضي والأمل بالمستقبل

يجب أن لا نستنتج أن القدر يضع عوائقَ أمام حرية الإرادة، ومع ذلك علينا أن نبذل قصارى جهدنا لمقاومة المؤثرات السلبية التي يعزوها معظم الناس إلى القضاء والقدر، وممارسة حرية

الإختيار بحسب قناعاتنا الباطنية شرط أن تكون تلك القناعات قائمة على الإيمان الصحيح ومرتكزة على القوانين الإلهية التي لا يمكن للإنسان أن يتذوق طعم السعادة الحقيقة دون مراعاتها والعمل بموجبها

عندما نشرع في عمل ما ينبغي أن لا نرهب الظروف المعاكسة، بل يجب أن نكون متفائلين إلى أقصى حدود التفاؤل، مع إيمان مطلق بأن لا شيء يمكن أن يقف عائقاً في سبيل تمرين الإرادة وممارسة حرية الإختيار

إن لم ننجح في تحقيق مبتغانا فلا بأس من الإعتراف الضمني أن هناك أموراً معاكسة من صنع أيدينا حالت دون بلوغ الهدف، ولا بد من المثابرة ومضاعفة المجهود لبلوغ المقصود. كما يجب أن نؤكد لأنفسنا أنه مهما كانت العوائق والعقبات قوية وعاتية لا زلنا نملك ما يكفي من القوة لإزاحة تلك العوائق والتغلب على تلك العقبات, وحتى إن أخفقنا بالرغم من كل المحاولات، فلا داع للقنوط والإحباط ما دمنا ندرك أن إرادة الإنسان أقوى من قدره الذي هو من صنع يديه، ولذلك يجب أن لا يكف عن المحاولة مهما فشل في مسعاه لأن هناك أبواباً مفتوحة دائماً وأبدا وما علينا إلا أن نواصل السعي ونكرر المحاولة حتى يكتب لنا النجاح. فالله يمدنا بالعون ما دمنا نتوكل عليه ونبذل المجهود. فمن سار على الدرب وصل، وما خاب من على الله اتكل

عندما يرغب الشخص بشيء ما، وتكون رغبته لذلك الشيء قوية وملحّة، فإن تلك الرغبة لا تفارق وعيه، أينما ذهب وحيثما توجه، ومهما كانت شواغله ومشاغله، وبعملها الدائم الحثيث، تمتلك تلك الرغبة عزماً وطاقة هائلين، هذا الهمس الفكري هو أقوى وأكثر فعالية، من الابتهال الآلي، الذي لا يتعدى تحريك الشفتين. وهكذا يفعل محبو الله، فهم يهمسون حبهم لله دون انقطاع، وهمساتهم قلبية غير مسموعة، خلال كل نشاطاتهم اليومية، هذا الهمس الوجداني لا يشغلهم، ولا يتعارض مع واجباتهم الأخرى، وإذ تتعاظم رغبتهم في الله، يقوى حبهم له ويزداد عمقاً، فيلامسون حضوره، ويبصرون بعين الروح نوره، فيتذوقون غبطة عارمة، ويشعرون بسلام يفوق حد الوصف.

إن الله يرسل لنا الدروس، التي نحتاجها في الحياة، كي نستفيد منها، ونكتسب فهماً وخبرة، من يتهرب من تلك الدروس، سيضطر لأن يتعلمها مهما طال الزمن.

كل اختبار هو صديق، إن تعلمنا منه، وهو طاغية مستبد، إن فرطنا في الفرصة المتاحة، وأسأنا استخدامها، بالتذمر والإستياء وسوء التقدير,

عندما نمتلك الفهم السليم، والموقف الصحيح تجاه الحياة، فإنها تصبح جميلة وخالية من التعقيد

حالات نفسية

لا يستطيع الشخص أن يظل طوال الوقت، محمولاً على موج البهجة، أو مغموراً تحت مياه الحزن المضطربة، أو غارقاً في لجج الضجر. ففي هذا العالم الذي يتميز بالثنائيات المتصارعة، يخضع الشخص العادي للتقلبات صعوداً وهبوطاً.. يرتفع على موج الفرح ويغوص إلى أغوار اللامبالاة، وتشقلبه أمواج عاتية من الحزن.. ونادراً ما يعرف حالة أخرى من حالات الوعي. والسماح للظروف بأن تتقاذف الفكر على هذا النحو يعني استسلام الإرادة لقدَر نزوي متقلب الأطوار.

ما يحتاجه الإنسان كي يحيا حياة ناجحة ومُرضية، هو امتلاك الإتزان العقلي

وهذا يمكن تحقيقه فقط بتركيز الذهن والسيطرة على الملكات النفسية.

حتى أشد الأحزان يشفيها الزمن، فلا فائدة من استحضار الحزن في كل يوم من أيام حياتنا. إن الحزن المستدام على عزيز مفارق، لا يساعده ولا يساعدنا، ولا يغير من الواقع شيئاً. كما أن تنمية عقدة النقص أو معاقبة الذات على أخطاء أو إخفاقات ماضية لا يجدي نفعاً. بل يجعل الحياة تعيسة بائسة، ويشل القدرات العقلية.

يجب أن لا نسمح لأنفسنا بالسقوط، في حفر الروتين الممل، لأن تلك حالة نفسية أبعد ما تكون عن الراحة، كونها تقلق الفكر، وتحرق القدرات الكامنة، في أتون اللامبالاة.

يجب اجتثاث الفشل من الجذور وحرث حقول الحياة بهمة وعزيمة وزرعها ببذور الخير من أجل جني محصول وفير بعونه تعالى.

حديد في اليوبيل الفضي

ذات مرة دُعيت لحضور يوبيل فضي لزوجين كان الإنطباع السائد عنهما بأنهما من أسعد الأزواج، لكن في اللحظة التي دخلت فيها بيتهما شعرت أن هناك شيئاً خطأً، فطلبت من اثنين من التلاميذ أن يلاحظا معاملتهما لبعضهما أثناء السهرة، وقالا لي فيما بعد الزوج والزوجة يبتسمان لبعضهما أمام الآخرين فقط ويخاطبان بعضهما بأعذب الألفاظ مثل "صح يا عيني" و "بالطبع يا روحي" وما إلى ذلك من هذه العبارات الودية ولكن ما أن يظنان أنهما بمفردهما حتى يتناقران ويوجهان عبارات جارحة أحدهما للآخر

تحدثت إليهما وقلت: دعوتماني لحضور حفلكما لكن الجو مشحون وأشعر بوجود قدر كبير من الخلاف في هذا البيت، ويبدو لي أن هناك الكثير من الحديد في هذا اليوبيل الفضي.

في البداية أخذا على خاطرهما، لكنهما اعترفا بعد ذلك بصحة كلامي وقدما اعتذاراً واستطردت قائلاً: ما الذي تكسبانه من المشاحنة والخصام طوال الوقت؟

يبدو أنكما تعيشان معاً حفاظاً على سمعتكما بأنكما زوجان مثاليان، لكن عليكما أن تكونا كذلك مع بعضكما وأن تعيشا بسلام ووئام من أجل سعادتكما وراحتكما النفسية

الغذاء المغناطيسي

عندما يتحدث الناس عن الغذاء أو التغذية فإنهم يقصدون بذلك الغذاء المادي الذ يتم تناوله لإعالة الجسد. لكن هناك أنواعاً أخرى من الغذاء لا تقل أهمية عن الغذاء المادي، بل هي أكثر أهمية في أحيان كثيرة، ومن تلك الأغذية الفكرية أو الروحية النشاط العقلي أو تركيز الذهن والحكمة والتمييز الروحي.

الغذاء المادي يعيل خلايا الجسم أما الغذاء الفكري فيشحن العقل بالأفكار الصحية، في حين يقوم غذاء الحكمة بإنعاش النفس وتطوير ملكاتها

الغذاء الفكري يتألف عادة من الأفكار التي يفكرها الإنسان وتلك التي يتلقاها من الآخرين بفعل الإتصال بهم والتفاعل معهم

ذوو الطباع الهادئة والطبائع النبيلة يساعدون على جعل أفكارنا مغناطيسية وصحية.

ليس صعباً تحديد ما إذا كان الشخص يستمد غذاءه الفكري من بيئة مسالمة أو مشاكسة. فالقلق النفسي والإضطراب والتشويش.. كلها تنجم عن مخالطة النوع المغلوط من الناس، سواء من الأصدقاء أو الأقرباء مما يتسبب في أفكار قلقة ومزاج معكر.

الجسم يستمد الطاقة والنشاط من الأغذية المادية، في حين تقوم الأغذية المغناطيسية بإمداد الجسم والعقل معاً بشحنات من الطاقة أسهل هضماً من الأطعمة الجامدة والسائلة التي لا يمكن تحويلها بسهولة إلى طاقة حية

عندما تتمكن من تحويل الجهل إلى حكمة، والضعف والوهن إلى صحة وحيوية، والسير بثقة وجرأة – ولو بمفردك - على دروب الحياة، والإبتهاج الباطني لامتلاكك ضميراً حياً ويقظاً، والإيمان القاطع بعدل الله وبانتصار الحق على الباطل والحقيقة على الوهم

وعندما تحاول كل يوم إطلاق أفكارك نحو مستويات أرق وأرقى، وتمتلك قلباً محباً وشكوراً، ونوايا طيبة نحو الآخر، يكون غذاؤك الفكري مغناطيسياً، وستجذب إليك عندئذٍ كل ما هو جميل ونافع، من أشياء وأشخاص وظروف، تمس لها الحاجة في مواصلة المسيرة نحو شواطئ الأمن وبر الأمان.

عندما تبذل المجهود لتحصيل ما تحتاجه، وتقنع بما ييسره الله لك تكون أغنى نفساً وأكثر رضاءً، من المتهالكين على الدنيا.. الطامعين في حطامها

عندما يطلب الإنسانُ الله، الذي هو الصديق الأوحد، خلف كل الأصدقاء، يصبح بالإمكان ترسيخ الصداقة الصادقة، في كافة العلاقات البشرية، العائلية، الأخوية، الزوجية والروحية

الصداقة عنصر حيوي في العلاقات الزوجية، ويجب أن تكون الأولوية للتقارب الفكري والوجداني، والإحساس بالجاذبية المعنوية، والحب الحقيقي والصداقة

الذين لا يميزون ما بين الحب الحقيقي، والجاذبية الحسية يخيب أملهم المرة تلو الأخرى.

عندما يؤسَّس الزواج على مُثل راقية واحترام متبادل، يصبح اتحاداً سعيداً وموفقاً بين روحين متحابين ومتعاونين على تخفيف أعباء الحياة عن بعضهما، وتبديد هموم العيش بالتعاطف والفهم الودي المشترك.

لا يمكن لأحد أن يسيّرني أو يسلبني إرادتي، ما لم أسمح لأفكار الآخرين وأفعالهم بالتأثير عليّ.

يا رب، إنني أدرك أن أمامي فرصة لا متناهية لاستكشاف قدراتي ومعرفة إمكاناتي الروحية، سأستبدل التعلقات المادية بالطموحات العليا وسأدرك أن الروح الأمين معي على الدوام

اليوم سأشحن أفكاري بجرعة من التفاؤل، وسأفصُل ذاتي عن الإختبارات غير المستحبة، وسأمارس ما من شأنه أن ينمي الجسم والعقل والروح على نحو متوازن ومتسق

إن رقصة الحياة والموت متواصلة على الدوام، لكنني سأحرر نفسي للأبد، بإنقاذ هويتي الروحية. وعندما تواجهني عواصف التجارب والمحن، سأنطلق بقارب روحي عبر بحر الحياة إلى الشواطئ الإلهية الآمنة

عندما أعمل وأبدع سأتذكر أن الله يعمل من خلالي، إنه سيد الكون ويمكنني الإتصال به بالتأمل العميق عليه.

يا إلهي الحبيب، إنني أدرك أن أفكاري ستجلب لي إما الفشل أو النجاح، اعتماداً على أيهما الفكرة الأقوى في حياتي. لذلك سأحاول أن أتذكر بأنك تمد لي يد العون وتهيئ لي أسباب النجاح.

عندما تحل المصائب والبلايا، سأستنهض همتي وأقوّي تصميمي للتغلب عليها، سأنتهج الإخلاص والصدق، في معاملتي وتعاملي مع الجميع، وسأطلق أفكار المحبة والأماني الطيبة، عندئذ سيؤيدني الله بقوته وحكمته.

يا رب، سأستخدم قوة إرادتي وفكري، لإنجاز الأشياء الصغيرة أولاً، وبعدها أتحول إلى إنجازات أكبر

حتى ولو تحققت كل الطموحات المادية، فإنها لا تمنح مع ذلك سوى سعادة منقوصة، وبالعثور على الله سأكتشف خزانات

الغبطة التي لا تنضب ولا تكف عن التدفق والجريان، في بساتين الروح ومروجها الدائمة الخضرة

أقوال ذهبية

السعادة هي حقي وميراثي وكنزي الإلهي المخبأ. وجهني يا رب كي أعثر في داخلي على النفائس التي تفوق أحلام الملوك.

* * *

إن ساكن القلوب الإلهي ينير في المريدين - بدافع رحمته وحنانه - مصابيح الحكمة المتألقة التي تبدد ظلام الجهل.

* * *

الحياة حركة ذكية وذات إيقاع منتظم .. تصوغ ذاتها في الجماد .. أو تتخذ شكلاً حياً ومتحركاً .. الحياة شاملة وتتخلل كل شيء.

* * *

أيها المحب الأعظم، أنت الحياة.. وأنت غايتي ومطمحي. اجعلني وردة ناضرة في بستانك السماوي، أو خرزة متلألئة في عقد حبك الوضاء، أو أعطني أعظم شرف: أصغر مكان في قلبك.

* * *

حيثما يقدّر الآخرون جهودي في عمل الخير فذلك هو المكان الذي فيه أستطيع تقديم أعظم خدمة.

* * *

لننسج بساط الأحلام الذهبية بخيوط حريرية من الذكريات العذبة والأفكار الراقية.

* * *

العقل الفارغ [من الأفكار الإيجابية البنّاءة] هو مصنع للمتاعب والقلق واليأس والقنوط.

***

إن استوطن الحب الكوني قلبك فسيجلب لك سعادة دائمة ومتجددة لا يمكن لأي شيء آخر أن يمنحها لك.

***

إن زهور الحياة النابتة في حديقة الوجود الأرضي هي رائعة الحسن بهية المنظر. ولكن الأروع والأبهى هو ينبوع

الجمال والذكاء الموجود في مكان ما، والذي منه جئنا وإليه سنعود ونمتزج به ثانية.

***

عندما يستيقظ المريد صباحاً يؤكد لنفسه: "أنا لست الجسد، أنا روح غير منظور.. أنا الفرح.. أنا النور.. أنا الحكمة.. أنا المحبة. ومع أنني أسكن في هذا الجسد إنما روحي خالدة لا يمسها الفناء.

***

مثلما تساعد قطرات الندى الزهور على التفتح والنمو هكذا يغذي اللطف الصداقة ويعزز نموها.

* * *

هناك أمواج تظهر على سطح المحيط وأمواج تتوارى في قلبه، وفي كلتا الحالتين هي في المحيط ومتحدة به. وبالمثل، فإن البشر الذين يعومون أثناء "الحياة" على صدر المحيط الكوني أو الذين يحتجبون في داخله عند "الموت" هم سواء بسواء داخل محيط الأبدية.

* * *

لا يمكن رؤية انعكاس القمر بوضوح في الماء المخضوض، ولكن حالما تهدأ صفحة الماء يظهر انعكاس القمر بكل جلاء. وهكذا الفكر أيضاً: فعندما يكون هادئاً يمكنك رؤية وجه روحك بكل صفاء ووضوح.

***

ارسل يا رب أشعة شمس حكمتك لتهديني في أيام إنجازاتي السعيدة، وضياء بدر رحمتك عندما أسير في ليالي الحزن المظلمة.

***

التأمل هو الوسيلة التي تجعلك على تواصل مع العقل الكلي، وعندما تتناغم مع ذلك الإدراك اللانهائي ستتمكن من معرفة كل أسرار الخليقة.

***

الرغبة في التقرب من الله والتعرف عليه لا تأتي من تلقاء ذاتها بل يتعين تنميتها، ولا قيمة للحياة بدون تلك الرغبة.

***

الحياة الأرضية هي محطة مؤقتة وواجب الإنسان الأول هو معرفة الغرض من هذه الرحلة وغايتها. الغاية هي معرفة الله ولا يمكن أن تكون غير ذلك.

***

سلامك هو كنزك الثمين فلا تسمح لأحد بأن يسلبك ذلك الكنز.

* * *

تعلم أن تقف بمفردك، آمناً مطمئناً في حصن فضائلك وقيمتك الذاتية.

* * *

كل شيء موجود لأن الله موجود.. ولأنه موجود فأنتم موجودون أيضاً. وبفضل وجوده تنعمون ببحبوحة العيش ومباهج الحياة.. ولهذا يجب أن يكون اعترافكم بفضل الله كبيرا.

***

الكتب الجيدة يمكن أن تكون بمثابة أصدقاء صامتين وفي غاية التأدب والتهذيب. لا تتخلَ عن تلك الكتب الصديقة في لحظاتك العصيبة لأنها لن تتركك أبداً، في حين قد يهجرك الأصدقاء الماديون ويتخلون عنك.

***

من يمتلك صحة جيدة وبحبوحة من العيش وقدرة عقلية كبيرة ومع ذلك يفتقر إلى السعاده فإنه لم ينجح في الحياة بعد. عندما يمكنك القول صادقاً: "إنني سعيد ولا يوجد من يقدر أن يسلبني سعادتي" تكون قد عثرت على صورة الله في داخلك.

***

أكدوا على الهدوء والسلام وابعثوا فقط بأفكار المحبة والنوايا الطيبة إن أردتم أن تعيشوا بسلام وانسجام. احيوا حياة مؤسسة على الصلاح والتقوى وكل من تتصل حياته بحياتكم سيستفيد من مجرد كونه معكم.

***

إن كنت بدون أصدقاء، أو إن كان أصدقاؤك يستنزفون وقتك، أو إن كنت لا تنسجم معهم، فلتكن الكتب [والمواد] التي تكتنز الحكمة أصدقاءك حيث يمكنك العبور من أبواب صفحاتها إلى دنيا الأفكار المدهشة والمشوقة.

***

العثور على الله يعني الحصول على كل ما يشتهيه القلب، وكون المرء روحياً يعني أن يفتح أبواب الصحة والسعادة والنجاح.

***

في داخلنا شرارة من القوة الإلهية التي تخلق وتسند الحياة بأسرها.. وهي بانتظار إيقادها

***

القراءة نشاط عقلي نافع جداً فهي تمرّن الفكر وتبقيه مرناً. إن ساعة أو ساعتين من القراءة اليومية ستمنح أي إنسان ثقافة منوعة في غضون بضع سنوات إن هو اختار كتباً تستحق القراءة. لا تضع الوقت ولا تؤذِ قدراتك العقلية بقراءة روايات رخيصة أو كتب تافهة لا هدف لها ولا معنى.

***

ذوو الميول الاجتماعية سيجدون في الكتب القيّمة طاقة جديدة لمساعدة الإنسانية.. من خلال الدروس التي تحتويها كتبٌ من تأليف النبلاء من رجال ونساء موهوبين.

* * *

القراءة نشاط عقلي نافع جداً فهي تمرّن الفكر وتبقيه مرناً. إن ساعة أو ساعتين من القراءة اليومية ستمنح أي إنسان ثقافة منوعة في غضون بضع سنوات إن هو اختار كتباً تستحق القراءة. لا تضع الوقت ولا تؤذِ قدراتك العقلية بقراءة روايات رخيصة أو كتب تافهة لا هدف لها ولا معنى.

* * *

<u>يجب التخلص من الأنانية والكبرياء لأنهما أكبر عائق أمام المعرفة الروحية.</u>

* * *

بدون الإحساس بالله يبدو هذا العالم مليئاً بالصراع والعنف والخيبات المريرة. السعادة تكمن في الشعور بالقرب من الله.

* * *

العارفون بالله يمتلكون الابتهاج والسرور في قلوبهم على الدوام. ولأنهم يشعرون بالأمن والطمأنينة المباركة لا تهزّهم عواصف الغضب ولا يتطرق الخوف إلى قلوبهم.

* * *

الكتب الجيدة هي أفضل أصدقائك، فمن خلالها يمكنك سماع [العظماء] يتحدثون بهدوء إليك .. يواسونك ويقدمون لك أفضل النصائح. إن عدم تنمية الرغبة الحقيقية في قراءة الكتب الجيدة يعني ضياع ميراث الأجيال.

* * *

بدون العون الإلهي يفشل الناس حتماً، لأن القوة والحكمة اللازمتين لإحراز النجاح في معركة الحياة تأتيان من المصدر اللانهائي. وعندما يتجاهل الإنسانُ اللهَ فإنه بذلك يقطع الحبل الذي يمده بالمساعدة والدعم المطلوبين للنجاح.

المريدون الذين يقرعون باب الفرص الروحية سيجدون أن الباب يُفتح لهم لأن الله يساعد الذين يساعدون أنفسهم.

عندما تكون على توافق مع الله تتناغم الطبيعة بأسرها وتنسجم معك.

* * *

الحُب يشبه ورق الصنفرة الذي يصقل العقل ويزيل الخشونة من الطبع.

* * *

عندما تجد الله فجأة في كل مكان.. وعندما يأتي إليك ويلهمك ويهديك.. تكون قصة الحب الإلهي قد بدأت.

* * *

فلتتوهج المحبة في القلوب ولترسل إشعاعات الشفاء للآخرين.

* * *

اطلب التعرف على الله ما دمت فتياً وقوياً لأنه في الشيخوخة والمرض قد لا تقوى على البحث عنه. وفي السن

الذي فيه يبدأ الناس بفهم المغزى الحقيقي للحياة يصبح الجسم واهناً فيصرفون ما تبقى من عمرهم في الاعتناء بالآلة الجسدية الهشة بدلاً من البحث عن الحقيقية.

* * *

سأتخذ من كل شعب أفضل ما لديه، وسأستحسن الصفات الطيبة لكل القوميات دون التركيز على عيوبها.

* * *

مثلما نهتم بالقيمة الغذائية لطعامنا اليومي، هكذا يجب أن نبدي اهتماماً بمغذياتنا النفسية التي نقدمها لعقولنا كل يوم.

* * *

الكلام العذب ترياق عجيب للعديد من الأمراض وفيه قوة سحرية ومغناطيسية جبارة تجلب الكثير من الخيرات والبركات لصاحبه. فالذي يستخدم الكلام العذب المهدّئ للخواطر يشعر بتيار خفي ينساب من خلاله دون انقطاع ويمتلئ كيانه بفيض من الطمأنينة لأن ذلك التيار متصل بمصدره الأعلى الدائم التدفق والجريان إلى النفوس المتناغمة مع ذلك المصدر، وسيتمكن من نقل السعادة إلى النفوس المتعطشة للسلام.

* * *

كم من كلمة طيبة نابعة من القلب بددت أحزاناً كثيرة.. وكم من أصواتٍ حكيمة أنارت دروباً مظلمة بمصابيح البهجة والطمأنينة!

* * *

* إننا ننمو من خلال كل تجربة نمر بها ما دمنا ندرك أن بمقدورنا استخلاص دروس نافعة منها. فلكل ما نختبره من ألم ومعاناة معنىً وغاية. وبالرغم من قسوة التجارب، لكنها كالنار التي تصهر خام الحديد لتحوله إلى فولاذ جميل المنظر، قوي التحمّل، ومتعدد الاستخدامات.

* * *

إن جميع الإنجازات البارزة في حياتي تحققت عن طريق قوة العقل المتناغم مع الله. فعندما يكون مولـّد الكهرباء الإلهي شغالاً يتحقق كل ما أتمناه دون استثناء، إذ يرتسم أولاً كتصميم أثيري غير منظور ثم يتجسد بقوة لا تقاوم على أرض الواقع.

* * *

عندما يهمس الفكر لله همساً وجدانياً حاراً نابعاً من أعماق نفس مشتاقة سيلامس نداء الروح القلبَ الكوني وستأتي الإجابة ومعها فرح عظيم. الهمس الفكري ينمي الإرادة إلى أن تمتلك من القوة ما يكفي لتحقيق الهدف المنشود.

* * *

عندما يتناغم عقل الإنسان وإرادته مع الله فإنهما يُشحنان بقوة لا حد لها بحيث يصبح مجرد التفكير بأمر ما كفيلاً بتحقيقه لأن القانون الإلهي يعمل لصالح المتناغمين مع الإرادة العليا.

* * *

مهما كانت شواغلنا يجب أن يحتل الله المقام الأول في حياتنا، ومن أهم مقومات النمو الروحي هو الهمس الوجداني المتواصل لله حيث ستلمس بنفسك تغيّراً إيجابياً رائعاً سيعجبك كل الإعجاب.

* * *

يجب ألا يكرس الإنسان كل قدراته العقلية التي وهبها له الله للبحث عن أمور زائلة وإلا سيفقد ذاته في متاهات المادة ويخلق لنفسه قيوداً ومحدوديات هو بغنى عنها.. وعليه بدلاً من ذلك أن يستخدم قواه العقلية في تحصيل ضرورات العيش والسعي لتطوير ملكاته الروحية للتمييز بين الخطأ والصواب والضار والنافع.

* * *

الحقيقة تكمن ما وراء الآراء والنظريات وكثيرون ممن ينتهجون هذا الأسلوب يصبحون مقيدين باستنتاجاتهم الذاتية.

* * *

افتح يا رب أبواب السكون واحرس محراب أفكاري الروحية من هجمات الوساوس الشريرة.، ولتتفتح ورود أشواقي في بستان قلبي وأنا في انتظار فجر قدومك.

* * *

* لا قدرة للمعرفة النظرية على اكتساب العلم الإلهي ومن المستحسن ألا يصرف المرء وقته الثمين على نظريات لا يمكن

تطبيقها على أرض الواقع وإلا سيجد نفسه في خضم أدغال فكرية كثيفة وغير قادر على تخطي نطاق النظريات.

* * *

السعادة هي ثمرة الانتصار النفسي على ظروف الحياة المتقلبة.

* * *

من يعترف به الله قد يكون مجهولاً بالنسبة للعالم.

* * *

إن برمجَ الإنسان نفسه بمعرفة نظرية [دون اختبار فعلي] سيصبح كجهاز تسجيل متنقل يكرر أقوالاً مأثورة ويردد عبارات سامية فيعتبره الآخرون عالماً متفقهاً لكن مثل تلك المعرفة لا يعززها إدراك مباشر للحقيقة ولا يوازيها تحصيل روحي.

* * *

المشاكل ستتواصل في العالم، فإلى أين يمكن التوجه طلباً للإرشاد والهداية؟ أفكار المرء المستوحاة من عاداته وتحامله وأحكامه المسبقة وتعصبه لا تجدي نفعاً، ومؤثرات بيئته وعائلته وبلده أو عالمه لا قدرة لها على التوجيه الصحيح. ولذلك يجب التوجه إلى الله والإصغاء للصوت الهادئ الهادي الصادر من أعماق النفس المتناغمة مع الحق.

* * *

افتحوا قلوبكم للفيض الرباني كي ينساب من خلالكم ويملأ حياتكم بالخيرات والبركات الروحية.

* * *

مهما كانت الأعمال التي تقوم بها والإنجازات التي يمكنك تحقيقها تذكّر دوماً أن الله هو المصدر الذي يمدك بكل القوى التي تحتاجها للعمل والإنجاز.

* * *

* دعني أتذكرك يا رب في الفاقة وفي الرخاء، في المرض وفي الصحة، في الجهل وفي الحكمة، ودعني أبصر نورك المبارك الذي يمنح العافية والشفاء في التو واللحظة.

* * *

* في خلوة أفكاري أحنّ لسماع صوتك المبارك. أبعِد عني الأصوات الأرضية الخشنة المتوارية في طيات ذاكرتي.. أريد الاستماع لصوتك الهادي والمنشد على الدوام في سكينة نفسي.

* * *

في الحياة ظلام دامس ويجب أن نجعل نور الله مصباحنا الكشاف أثناء سيرنا على دروب الحياة المظلمة. فهو بدر التمام في ليالي الجهل والظلام.. وهو شمس الإشراق في ساعات اليقظة، ومنارة الإرشاد ونجم القطب لعابري بحور ظلمات الوجود الأرضي الموقوت.

* * *

آن الأوان لأن يوقظ الإنسان وعيه من غفوة النسيان إلى صحوة الروح. نسألك يا رب أن تبتعث وعينا من سراديب الغفلة والأفكار الضيقة المحدودة إلى آفاق السلام والنور والمحبة والتعاطف الإنساني الشامل.

* * *

* ستنصلح الأمور في نهاية المطاف لأن قوى الله وعجائبه محتجبة خلف تناقضات الحياة البشرية، ومن لا يقتنع بحتمية الأوضاع ويحاول النفاذ بعقله وإيمانه إلى ما وراء الحجاب سيُفتح له الباب.

* * *

الإيمان لا يعني أبداً أن يكون الإنسان متهوراً، أو ألا يتعامل بحكمة مع الظروف، إنما بغض النظر عما يحدث يجب أن يؤكد الشخص لذاته أن الله وحده قادر على مساندته في الظروف الصعبة والعصيبة إن هو توجه إليه بقلبه وروحه وأحاسيسه جميعاً.

* * *

لو أن حواسنا نقلت إلينا الحقيقة كاملة لرأينا الأرض على هيئة أنهار من الإلكترونات، ولأبصرنا كل ذرة من الغبار ككتلة متدحرجة من النور. والذين يَنفذون ببصيرتهم من المادة إلى الروح يدركون طبيعة الوهم ويعرفون جوهر الحقيقة.

* * *

سواء كان الشخص في أدغال أفريقيا أو في ساحة الحرب أو يعاني من المرض أو الفقر يجب أن يقنع نفسه بأن يد الله أقوى من الخطر وقادرة على حماية المستجيرين به. لا توجد طريقة أكثر فعالية للحماية. طبعاً يجب أن يستخدم المرء المنطق في تعامله مع الأحداث وفي نفس الوقت يثق ثقة تامة بالعون الإلهي.

* * *

* إن الحب الذي يسكن قلوب كل المخلوقات .. حب كل الأمهات والآباء والأصدقاء والأحباب.. هو منبثق عن الحب الإلهي.

* * *

يجب التمييز بين الواجبات الكبرى والصغرى وإعطاء الأولية للأهم منها قبل المهم. كما ينبغي ألا يناقض واجبٌ واجباً آخر. الأسفار المقدسة تخبرنا أنه عندما يتعارض أحد الواجبات مع واجب آخر فذلك دليل على أنه ليس واجباً حقيقياً.

* * *

مع انتشار أشعة الشمس الحيوية سأنشر أشعة الأمل في قلوب الفقراء والمهجورين [الذين تخلى عنهم المجتمع]، وسأبث عزيمة جديدة في قلوب الذين يظنون أنهم فاشلون.

* * *

قال المعلم برمهنسا لأحد المريدين:

"لا تستثنِ أحداً من دائرة حبك. أحتفظ بالجميع في قلبك وسيحتفظون بكَ في قلوبهم."

* * *

ساعدني يارب كي أستخدم إرادتي دوماً في إنجاز الأعمال النافعة والخيّرة.

وساعدني كي أتوافق مع إرادتك حتى تستجيب كل أفكاري لمقاصدك وتتناغم مع مشيئتك.

وساعدني على إيقاظ القوة الخفية المباركة في داخلي كي أتغلب على كل المصاعب والتجارب.

* * *

يقظ تلك الشخصية الروحية الجريئة والمتواضعة في آن – التي تجمع ما بين قوة الأسود ووداعة الحمائم.

* * *

لن أهتم للانتقاد الزائف المرير ولا لأكاليل المديح والاطراء. أمنيتي الوحيدة هي عمل إرادتك يا رب وكسب رضاك.

* * *

لا يمكنك أن تتصور الفرح الفائق الذي سيغمرك عندما تشعر بالحضور الإلهي. النفس عندئذ تنتشي بحب الله الذي لا نهاية له. إنه حب يفوق أي حب بشري بملايين المرات.. حب يحقق كل أمانيك ويملأ قلبك بالبهجة والرضا.

* * *

بالتركيز الداخلي يمكنك أن تشعر مباشرة بالغبطة الروحية داخل نفسك ومن حولك. وإن ترسختَ في ذلك الوعي ستنمو شخصيتك على نحو توافقي وستكتسب مغناطيسية جذابة للناس وللمخلوقات الأخرى.

* * *

أيها المجير الأعظم، لا يهمني إن فقدت كل شيء بسبب قدَري الذي هو من صنع يديّ، ولكني أسألك يا ملاذي الوحيد أن تحمي شمعة حبي لك من رياح الغفلة والنسيان.

* * *

فلنشرب حتى الارتواء من مياه السلام النقية المنعشة المتدفقة من ينابيع الظروف المواتية والمعززة بتصميمنا الأكيد على التفكير الإيجابي والنظرة المتفائلة.

* * *

الضمير هو إحساس بديهي، يبيّن حقيقة المرء ودوافعه. عندما يكون ضميرك مرتاحاً، وعندما تعلم أنك تفعل الصواب، فلن تخشى شيئاً. الضمير النقي هو شهادة حسن سلوك من الله. البراءة أمام محكمة الضمير تعني امتلاك السعادةً والحصول على بركات الله.

* * *

حاول عمل الأشياء الجريئة والمحببة إلى النفس، التي لا يقوم بها معظم الناس، وامنح المحبة والسلام للذين لا يلتفت إليهم الآخرون.

* * *

قال المعلم برمهنسا لأحد المريدين:
"إن لم تصرف وقتاً لتهذيب العقل، فلن يتمكن أي مقدار من الرخاء المادي من إرضائك. هذا التهذيب ليس تعذيباً بل تدريب للوعي لتغذية الأفكار والأفعال التي تقود إلى السعادة.
***
سعادتك هي نجاحك، فلا تسمح لأحد بسلبك سعادتك. احمِ نفسك من الذين يحاولون إزعاجك. عندما كنت فتىً كنت أفقد صبري كلما روّج البعض إشاعات كاذبة عني. بعدها أدركت أن راحة ضميري هي أهم من رضاء الناس عني أو استحسانهم لي."
* * *
ليتكم تعرفون حكاية الغرام الإلهي التي يحياها بعض المريدين مع الله! ما من اختبار آخر في الحياة يمكن مقارنته بذلك الفرح. لقد عرفت قديساً كان مستغرقاً في حب الله طوال الوقت، وكان وجهه يشع بالحب المقدس. عين الله دوماً على محبيه ولا يتخلى عنهم لحظة واحدة.
* * *
قلائل هم المهتمون بتنمية قواهم العقلية والروحية.
* * *
لا تسمح لنفسك بالإنحدار إلى قاع التسويف.. انهض من إغفاءة الواقع العادي الممل وانطلق نحو آفاق الحياة الراقية حيث الإنجاز والفرح والسلام.
* * *
في داخلك إمكانات جبارة بانتظار استثمارها وأنت الوحيد القادر على تفعيلها والإستفادة منها.
* * *
التحرر من إملاءات العادات الخاطئة والأهواء غير السليمة يمنح سعادة أكبر بكثير من السعادة التي يمنحها النجاح المادي. في النجاح الأدبي سعادة نفسية لا يمكن للظروف الخارجية أن تسلبها منك. بإمكانك أن تصرف كل وقتك في جمع المال لكن ذلك المال لن يمنحك الراحة والضمان الدائمين اللذين تبحث عنهما. بل على العكس سيجلب لك المزيد من التعاسة لأن السعادة والسلام هما في الفكر وليس في الأشياء نفسها.

عندما تترسخ في ذاتك الحقيقية تنجز كل عمل وتستمتع بكل الأشياء الطيبة بالفرح الإلهي.

* * *

لا تسمح للضعف بالتسرب إلى عقلك وراءِ الحيطة والحذر عند مخالطة ذوي الأفكار السلبية والنظرة السوداوية لئلا تتسرب أفكارهم الضعيفة إلى عقلك ما لم يكن عقلك قد بلغ درجة من القوة بحيث لا يمكن لأفكار الغير أن تضعفه، بل على العكس من ذلك يقدر على تقوية أفكار الآخرين وتعزيز ثقتهم بأنفسهم.

* * *

الله أولاً، ولا ينبغي أن نستقبل يومنا أو نودعه دون التفكير به... ويجب أن نتذكر أنه لولا حصولنا على القوة والنشاط من الله لما تمكنا من القيام بأي عمل من أعمالنا. ولذلك واجبنا الأكبر هو نحوه.

* * *

هناك طريقة لتقييم العادات والتقاليد والحكم عليها. في البداية كان لكل تقليد مبرر. فإن وجدنا أن ذلك المبرر ما زال قائماً يكون للتقليد معنى وفائدة. ولكن ليس من الحكمة اتباع التقاليد دون تبصّر. يجب أن نعرف الحق ونتبعه، ونتبيّن ما يمكن أن يمنحنا السعادة فنطبّقه.

* * *

عندما ترى أعداداً كبيرة من الناس لا يملكون سعادة أو نجاحاً، لا تفكر أن الإنسان مكتوب عليه أن يعيش هكذا. باستطاعتك أن تجعل من نفسك ما تريد أن تكون. ونجاحك الداخلي هو ما يجعلك ناجحاً.

* * *

إن كنت لا تملك شيئاً في داخلك فلن تكون سعيداً. وإن كنت لا تملك شيئاً من حولك وكنت سعيداً في ذاتك فأنت ناجح بكل تأكيد. وهكذا ليس في المستطاع الحكم على الناس بحسب ظروفهم الخارجية.

* * *

من بين الجماهير الغفيرة قد يوجد إنسان بلغ حالة من السمو الروحي ويتمتع بسلام باطني وسعادة روحية فائقة.

* * *

إنني أعلم علم اليقين بأن كل ما أحتاجه سيأتي إليّ ولذلك لا أقلق لما سيحمله المستقبل. هذه ليست مباهاة ولا ادعاءً لأنني لمست عمل وفاعلية تلك القوة المباركة في حياتي مرات عديدة.

* * *

سواء كنت عائماً على سطح الحياة أو غارقاً في أعماق اليمّ، أعلم أنني مع الله وهو معي، وأن لا شيء يقدر على إيذائي. تلك المعرفة أعطتني سعادة فائقة تعصى على الوصف.

* * *

لا جدال أن هناك شعوراً ممتعاً لدى شراء شيء جديد. ولكن بعد مضي فترة من الوقت يتلاشى ذلك الشعور البهيج تدريجيا، بل قد تفقد الرغبة في ذلك الشيء وتنساه وترغب بشيء آخر. لكن فاتورة ذلك الشيء لن تنساك، فيما إن كنت قد اشتريته على التقسيط!

* * *

يجب أن يتحكم الإنسان بحياته ويبسّطها قدر الإمكان. ويجب أن يدّخر بعض المال للحاجيات والظروف الطارئة، وأن يوفـّر أكثر من الإنفاق على الكماليات، ويساعد الآخرين على قدر طاقته. عندما تساعد الآخرين سيأتيك العون بطريقة أو بأخرى ولن تحتاج أو تـُحرم شيئاً.

* * *

في ابتهاج كل القلوب أسمع صدى غبطتك يا رب، وفي صداقة كل المخلصين أشعر بمحبتك. أفرح وينشرح صدري لنجاح أصدقائي وتوفيقهم مثلما أسعد برفاهيتي ويُسري. وإذ ألهم الآخرين الحكمة أضاعف كنوز حكمتي، وفي سعادة الجميع أعثر على سعادتي.

* * *

إن ألد أعداء السعادة هي استدانة المال لشراء الكماليات. الناس يظنون من قبيل الوهم أنهم لن يكونوا سعداء ما لم يحصلوا على شيء بعينه. لكنهم لن يتذوقوا تلك السعادة حتى بعد حصولهم على ذلك الشيء، بالرغم من ابتهاجهم المؤقت به.

فما هو الهدف من الجري وراء سراب السعادة الأرضية الذي يعِد ويخلف الوعد؟ يجب أن يعيش الناس ببساطة دون الحاجة للكثير من المقتنيات التي تتطلب اهتماماً متواصلا.

* * *

فردوسي هو في داخلي. وإذ أستمتع بما أنعم الله عليَّ به، أشكره فيتعاظم فرحي الباطني. بدون ذلك الرضا الداخلي تتحول حتى أفراح الأرض ومسراتها إلى جحيم. ولقد تيقنت أنه لولا ذلك الفرح الباطني لكان عبء المسؤوليات الملقى على عاتقي قد سلبني سلامي وحرمني من سعادتي.

* * *

إن اقترنتْ الثروة بالمرض والمشاكل فالتبعات ستكون كثيرة. النظافة والرعاية الصحية هما من محاسن الغرب. فالحشرات المؤذية والجراثيم الفتاكة يتم مكافحتها بفعالية في البلدان المتطورة في حين تتواجد بكثرة في بلدان أخرى. لكن التخلص من تلك الآفات لا يعني ذروة الإنجاز، لأن هناك آفات من نوع آخر في الدول المتقدمة، مثل فواتير يصعب دفعها وأزمات مالية خانقة بسبب نظام الشراء بالتقسيط.. آفات تقض المضاجع وتقوض راحة النفس.

* * *

إننا جزء لا يتجزأ من نفس الوعي الذي عنه انبثق هذا الكون العظيم.

* * *

هل سبق ورأيت قطيعاً من الغنم؟ إن قفز واحد منه يقلده باقي القطيع دون تردد. معظم الناس هم على هذه الشاكلة. إذ قد يأتي أحدهم بفكرة أو يطلع بموضة جديدة فيتلقفها الآخرون ويقلدونها. هذا النمط ما زال على حاله منذ أجيال. لكل أمة عاداتها وتقاليدها ولا يمكننا القطع بصحة وسلامة جميعها. ولكن من يدري؟ فقد تكون بعض تلك العادات والتقاليد لا معنى لها ولا فائدة منها؟

* * *

عندما تهدأ ثائرة الأفكار المتلاطمة ندخل مملكة السلام ونلامس الحضور الإلهي.

* * *

فكّر بالله، أو بمنظر طبيعي جميل يوحي بالسلام، أو باختبار بهيج ومفرح، فالنشاط الذهني الإيجابي الهادىء منشط ومنعش.

* * *

إننا نعيش في عالم يسوده الهرج والصخب. تظن أن المال يعني السعادة، ولكن عندما تحصل عليه تجد أنك ما زلت غير سعيد. قد تحصل على المال وتفقد [لا سمح الله] صحتك. أو قد تمتلك صحة جيدة وتفقد مالك. أو قد تمتلك المال والصحة مع مشاكل عديدة مع الآخرين، إذ قد تقدم للناس أشياء طيبة ويعطوك في المقابل حقداً وكراهية. بدون الله لا يمكن لأي شيء في هذه الحياة أن يرضيك.

* * *

الأرض تتحول إلى حجرة تعذيب بالنسبة للذين يعيشون في جهل بالخطة الإلهية. ولكن عندما تنظر إلى تجارب الحياة على أنها معلمك وتتعلم منها الطبيعة الحقة لهذا العالم وماهية دورك المخصص لك في المسرحية الكونية، تتحول تلك التجارب إلى إضاءات قيّمة على الطريق نحو الرضا والسعادة الدائمين.

* * *

هناك خلف العتمة غير المظلمة، والسكون الذي لا صوت له واللاشيء غير المخلوق، يوجد الجوهر السرمدي الذي هو أصل الوجود ومصدر كل القوى والكائنات، المنظور منها وغير المنظور.

* * *

الله لم يخلق هذه الأرض لنا فقط كي نأكل وننام ونموت، بل لنعرف إرادته وندرك الغاية من وجودنا. إن حفنة من الحكماء قد أدركوا معنى الخطة الكونية لكن أكثر الناس غير مبصرين وغير مدركين لتلك الغاية.

* * *

لم يكن المال غايتي في الحياة بل غايتي كانت خدمة إخوتي وأخواتي في الإنسانية. ولذلك فقد فتح الله لي الكثير من أبواب الخير لإعالتي وإتمام رسالتي.

* * *

لقد خلق الله هذا الكون كي يعمل وفق قانون ثابت لا يتغير. إن انتهكنا أياً من النواميس الكونية نعاقب أنفسنا. فمن يقفز من سطح بناية عالية ستتحطم عظامه. لذلك لا يمكننا تجاهل قانون الجاذبية دون معاناة التبعات المترتبة على ذلك.

* * *

عندما نلقي نظرة معمقة على حضارات العالم ونستكشف الأسرار الخبيئة في المدنيات القديمة تبرز لنا صورة كبيرة، متشابكة الخطوط، متنوعة الفصول، دقيقة التفاصيل ونجد أن الإنسان ذو طبيعة فردية واجتماعية في نفس الوقت.

* * *

لو أن الله يريدنا أن نحيا فقط في الوعي المادي لكنا راضين كل الرضا بالأشياء المادية وقانعين بالطرق الدنيوية.

* * *

إشعاعات النقاء والسلام والسعادة التي تفوق الأحلام... تومض وتتراقص في أعماقنا الجوهرية.

* * *

مع ظهور كل تجربة في سماء حياتنا إبّان رحلتنا الأرضية هذه يجب أن نعرف كيف نوسع مدارك وعينا وكيف نكون أكثر تفهماً للظروف التي تحيط بنا أو نمر بها، وسنتمكن عندئذ من العيش بتوافق أفضل والتعامل بكيفية أكثر سلاسة مع الناس والحياة.

* * *

معظم الناس يقلدون الآخرين. يجب أن يكون الشخص أصيلاً مبدعاً، وأن يتقن كل ما يقوم به.

في الشرق انصَبَّ الاهتمام في المقام الأول على تنمية السعادة الروحية في حين تم إهمال الجانب المادي للحياة في معظم الأحيان. في الغرب توجد بعض وسائل الراحة المادية والقليل جداً من السعادة النفسية. ما تمسّ له الحاجة هو إحداث توازن بين الإثنين لأن الإهتمام بشيء واحد فقط في الحياة يؤدي إلى خلل وعدم القدرة على التعامل منطقياً مع متطلبات الحياة.

* * *

إن أعظم سعادة - بعد السعادة الإلهية - هي أن يكون الشخص في سلام مع أقربائه المباشرين الذين يتحتم عليه العيش معهم كل يوم من أيام السنة.

الناس يهدرون الكثير من الوقت في التسرع والاندفاع دون تحقيق شيء يذكر. وقلائل هم الذين يتوقفون ليفكروا وليحاولوا معرفة ما يمكن للحياة أن تقدمه لنا.

* * *

يجب أن نعمل على تشييد صروح باطنية من الحكمة في بساتين السلام التي تزهو وتتألق بزهور لا حصر لها من المزايا الروحية البديعة الرائعة.

* * *

الإنسجام الداخلي هو مصدرٌ ثرٌ للقوة ويولّد طاقة متجددة.

* * *

لدى النظر إلى الحياة تجد أن النجاح ليس بالشيء السهل. فالحياة غالباً ما تكون قاسية لا ترحم، وعلينا أن نكافح من أجل كسب لقمة العيش. فكـّر بالجهد الذي تبذله لإعالة الجسد وإبقائه معافىً وخالياً من المرض! وحتى لو نجحتَ في ذلك فإن ذلك النجاح يبقى مؤقتاً. فالجسد - طالت أعماركم - سيوسَّد الثرى في نهاية المطاف. الضرورة تقتضي مصارعة قوىً عديدة على المستويين الداخلي والخارجي من أجل إحراز النجاح المطلوب. تلك القوى تعمل جاهدة لسلبك الإنجازات الجديرة بالإعتبار.

* * *

حاول الاحتفاظ بهدوئك تحت كل الظروف، ودع نبتة سلامك تزهر بشاشة وابتسامات رضى.

* * *

حتى عظماء القديسين لا يحصلون على الخلاص التام ما لم يقاسموا نجاحهم مع الآخرين، أي تجاربهم الروحية ومعارفهم العليا، عن طريق مساعدتهم على بلوغ المعرفة الروحية. ولهذا السبب فإن الواصلين إلى تلك المراحل والحاصلين على تلك الحالات مهتمون بتقديم الفهم لمن هم بحاجة له. إن كنتَ ترغب في بلوغ النجاح الحقيقي فإنك لا تضمن بذلك سعادتك الشخصية وحسب بل سعادة الآخرين أيضاً.

* * *

كل من يمتلك ذكاءً يستطيع كسب المال. لكن إن كان يمتلك حُباً في قلبه فلن يستعمل ذلك المال أبداً لأغراض أنانية، بل سيشارك الآخرين به. المال لعنة ونقمة في أيدي الأنانيين والبخلاء وبركة ونعمة في أيدي ذوي القلوب الطيبة والنفوس الكريمة.

* * *

قد يرغب أحدهم بممارسة الصمت لفترة طويلة ويرفض خلال تلك الفترة الكلام مع أفراد أسرته. ذلك الشخص قد يفلح، نتيجة لذلك، بإحراز بعض السلام الذاتي، إنما تصرفه هذا هو أناني وضار بسعادة أسرته. فهو لا يُعتبر ناجحاً بالمعنى الصحيح ما لم ينتفع أعزاؤه أيضاً من إنجازه. وبالمثل، فإن إحراز النجاح المادي لا يقتصر على حقنا في التمتع بالرفاهية بمفردنا وحسب، بل يعني أيضاً مسؤوليتنا الأدبية نحو الآخرين من حيث مساعدتهم لتحسين أوضاعهم المادية وظروفهم المعيشية.

* * *

إنني محميٌّ خلف أسوار ضميري المرتاح. لقد حرقت الماضي المظلم وإني مهتم باليوم فقط.

* * *

اليوم أدرك بأنني واحد مع نور الخير الأعظم وبأنني منارة للذين يصارعون أمواج بحر الأحزان.

* * *

الناس لهم نظرات ونظريات مختلفة عن النجاح، بحسب طموحاتهم في الحياة. ولا يندر أن نسمع بعضهم يقرن النجاح بالسرقة كقوله "لقد كان لصاً ناجحاً"! مما يؤكد أن النجاح بكل أطيافه وأصنافه مطلوب ومرغوب. لكن نجاحنا يجب ألا يُلحق الأذى بالغير.

هناك أيضاً معيار آخر للنجاح: فعندما نتمكن من جلب نتائج توافقية ونافعة لأنفسنا يجب أن نشمل الآخرين أيضاً في نجاحنا ونقاسمهم ثماره.

النجاح يعني رضا الإنسان وقناعته في المحيط الذي يعيش فيه. النجاح الحقيقي هو المحصّلة لأعمالٍ مؤسسة على مبادئ

الحق، ويشمل سعادة ورفاهية الآخرين كجزء متمم لسعادة الإنسان نفسه. إن طبقنا هذا القانون على حياتنا المادية والفكرية والأدبية والروحية نكون قد حصلنا على تعريف كامل وشامل للنجاح.

* * *

هنا في هذا العالم المحدود نلمس الطول والعرض والكثافة، ولكن هناك مستوى آخر لا وجود فيه للأبعاد إذ كل شيء واضح شفاف.. كل شيء وعي وإدراك. حاسة الذوق إدراك وكذلك حاسة الشم. إن مشاعرنا وأفكارنا وأجسامنا هي حالات من الوعي. فمثلما نستطيع أن نرى ونسمع ونشم ونذوق ونلمس في الحلم، هكذا في ذلك المستوى السامي نختبر كل هذه الإحساسات بواسطة الوعي المحض.

* * *

أسعدنا يا رب بالإحساس بقربك، وحررنا من الشهوات المكبلة، وامنحنا فرحاً باطنياً لا تؤثر به تجارب الحياة وأحداثها المتقلبة.

* * *

عندما تتناغم عقولنا مع المدركات العليا، يستيقظ في داخلنا الوعي الروحي ونختبر عجائب مدهشة من الحكمة والحب الإلهي.

* * *

إن أحببنا الله محبة تامة وتوجهنا إليه بكل أفكارنا وقلوبنا سنحس بقربنا منه وسنجد أنه أعظم موئل أمانٍ في الحياة.

* * *

في الفضاء الذي يبدو خالياً خاوياً هناك صلة كونية وحياة أبدية توحّدنا بكل ما في الكون من أحياء وجمادات.. موجة من الحياة العظمى تتدفق عبر كل شيء في الوجود. الأبدية هي بيتنا الحقيقي ومستقرنا الدائم، ووجودنا في هذه الأجساد هو وجود مؤقت يشبه استراحة قصيرة لقافلة مسافرة عبر الصحراء.

* * *

عندما نتناغم مع قوى الروح الخلاقة سنكون على تواصل مع العقل الكلي واللانهائي القادر على توجيهنا وحل مشكلاتنا.

وستتدفق القوة المبدعة إلينا دون انقطاع من المصدر الأعظم لكياننا بحيث نتمكن من الإنجاز الإبداعي في أي مجال من مجالات أنشطتنا.

* * *

الحب ينمو ويزدهر في بيئة من الثقة والتسامح والاحترام المتبادل.

* * *

باركنا يا رب بنور الأفكار النقية والعادات الطيبة بحيث إن اقتربت منا ظلمة العادات السيئة والأفكار المنحرفة سيتم طردها على الفور. وساعدنا كي نحبك محبة فائقة بحيث لا تقوى أوهام المادة أو مغريات العالم على اجتذابنا والاستحواذ على عقولنا وقلوبنا.

* * *

نادراً ما تكون الأشياء التي يمكن الحصول عليها بسهولة ذات قيمة. هذا نعرفه من مطالعة حياة العظماء من الرجال والنساء وكيف أنهم أصبحوا عظماء من خلال تنمية مواهبهم وإنجاز واجباتهم وبناء قيمهم الخلقية ودراستهم المعمقة وابتعادهم عن الأنانية.. والنتائج التي حصلوا عليها والإنجازات التي توصلوا إليها كانت أعظم بما لا يقاس من الجهود التي بذلوها.

* * *

الحرية الحقيقية تكمن في حرية الإختيار الموجهة بالحكمة والمدعومة بالفهم والصواب والإرادة الحازمة.

* * *

عندما توقظ إرادتك وتصميمك وتمييزك الواعي تنطلق من الوعي السامي - عن طريق بصيرة الروح - قوىً غير منظورة لمساعدتك ولتوضيح السبل المؤدية إلى الراحة النفسية والسعادة بعون الله.

* * *

يجب على الانسان أن يفتح قنوات الروح بمجهوده الذاتي. ما من أحد يختار طوعاً التألم والشقاء بدلاً من السلام والسعادة. الجهل هو سبب المعاناة وهو العائق الذي ينبغي إزاحته والتخلص

منه. الجهل هو عشبة ضارة، قوية الجذور، تنمو في حديقة الانسان وتزاحم النباتات الصالحة والمفيدة. لا بد من التغلب على الجهل بالإرادة الحازمة والتصميم القاطع. يجب حرث تربة العقل بالتركيز الذهني الدقيق [على الإيجابيات] وسقي البذور الجيدة بماء الإيمان. وعندما تشرق أشعة الحب الحيوية والدافئة سينمو نبت الخير ويتغلب على الأعشاب والحشائش المتطفلة لأن لا وجود للظلام مع النور.

* * *

إن بهجة الأشياء المادية تخمد وتتلاشى لكن الفرح الإلهي لا يخبو وهجه أبداً. إنه سعادة ربانية لا نهاية لها وتفوق حد الوصف.

* * *

يجب ألا نستخدم أبداً الأساليب المغلوطة للحصول على السعادة، وألا نتخلى عن السلام والثراء الروحي اللذين نمتلكهما في داخلنا طمعاً في الحصول على راحة موهومة وبحبوحة عيش براقة قد تلوّح لنا بهما الأفعال والتصرفات الجهنمية ذات الآثار المدمرة.

* * *

السكينة هي أفضل كاميرا لتصوير الحضور الإلهي. فمن خلال عدسة الطمأنينة الصافية والمركزة تركيزاً دقيقاً ستظهر الصورة المباركة واضحة بكل جلاء.

* * *

في الحقيقة إن كل الحكمة موجودة داخل نفسك وكل ما تحتاجه هو أن تصبح على دراية واعية بذلك .

* * *

الرضا يكمن في تحسين الإنسان نفسه بحيث يسعى الآخرون إليه بدلاً من أن يسعى هو إلى الآخرين. يجب منح المحبة والصداقة دون توقع أي شيء أو المطالبة بأي شيء في المقابل لأن التوقع يجعل الشخص ضحية الغيظ والاستياء. وحتى عندما يبذل الشخص مجهوداً لتحسين نفسه يجب أن يقف بمفرده، آمناً مطمئناً في قلعة فضائله وقيمته الذاتية.

* * *

لتنبجس شلالات البهجة والتفاؤل من قلبي على الدوام وليلامس رذاذها المنعش كل الذين أقابلهم.

* * *

الفرح الروحي يولِّد في النفس الرغبة لمساعدة الآخرين من كل ناحية، وينمّي القدرة على تذوق المتع المعنوية الراقية التي تقود إلى السعادة مما يقلل من الميل إلى الملذات الخشنة.

* * *

مهما كان دورك صغيراً يبقى مع ذلك بأهمية أكبر الأدوار من حيث المساهمة في إنجاح المسرحية الكونية التي تؤديها النفوس على مسرح الحياة.

* * *

الوعي الكلي هو وعيٌ مطلق لا نهائي، دائم التجدد ولا نفاد لإبداعه، ومن خلالك يحاول الإعراب عن مظهر فريد من ذاته.

* * *

إن تذوقت الحب الإلهي ولو مرة واحدة فلن تتخلى عنه أبداً لأنه لا يوجد شيء آخر مثله في الكون بأسره.

* * *

العارفون بالله بلغوا مراحل روحية متطورة جداً بحيث لا يكتفون بتقديم النصح الروحي وحسب للخاطئين، بل يمكنهم – بفضل الله وعونه - شحنهم بالقوة الروحية التي تحررهم من نتائج أعمالهم الآثمة.

* * *

إن كل الأعمال الصالحة والشريرة كامنة في خلايا الدماغ وتظهر على هيئة عاداتٍ أو نزعات صالحة أو شريرة في الفكر. الإنسان الذي يعاني من عادات غير سليمة بسبب خلايا دماغه المشحونة بقوة تلك العادات يمكن تحرير نفسه بقوة الإرادة والتأمل والدعاء الصادق والتأكيد الإيجابي المتواصل إلى أن تتحول كل عاداته غير المرغوبة إلى عادات طيبة من السلام والهدوء. هذا يحدث عندما تعمل قوة الحياة الموجّهة توجيهاً صحيحاً على تغيير الطبيعة غير السوية لخلايا الدماغ بحيث تصبح تلك الخلايا مفعمة بكل ما هو طيّب وصالح وجميل.

* * *

الفهم هو عين الباطن ورؤية الروح وتلسكوب القلب.. وهو التوازن بين رزانة العقل ونقاء الوجدان.

* * *

في كل يوم نبصر مشاهد مختلفة، وكل يوم يأتي بدرس جديد ينبغي تعلّمه، ويُتوقع من الإنسان أن يتعلم الدرس بالتركيز على الغرض الأسمى من وجوده: التعرف على مصدر كينونته وسند حياته.

لنعمل على نسيان أحزان الماضي ولنصمم على عدم التركيز عليها. وبإصرار أكيد وإرادة فاعلة لنجدد حياتنا، ولنعزز نجاحاتنا، ولنغذّ في نفوسنا العادات الطيبة والسجايا النبيلة.

الله هو قوّتي ولا أؤمن بأي قوة أخرى.

خض معركة الحياة وكافح حتى النهاية ولا تتراجع. لا تقل أبداً "لا يمكنني العثور على الدرب ولذلك سأوقف المحاولة". اسأل عن الطريق إن كنت قد ارتكبت أخطاءً ولكن لا تتوقف أبداً عن بذل المجهود. كثيرون يقبلون الهزيمة عندما تعترض طريقهم العقبات. على الفاشلين مخالطة الناجحين وليس الفاشلين. صمم على أنك ستنجح وتلك يجب أن تكون فلسفتك في الحياة.

كل يوم يجب أن نعزز قوانا الجسدية وأن نضاعف قوانا العقلية ونتعرف على ذاتنا الحقيقية بالتأمل والتفكير السليم والعمل الإيجابي المثمر والمفيد للجسم والعقل والروح معاً.

عندما ترغب بإنشاء عادة جيدة أو القضاء على عادة سيئة، ركّز على خلايا الدماغ حيث تتموضع آليات العادات على اختلافها. لإنشاء عادة جيدة، أجلس أولاً بهدوء وتأمل ملتمساً العون الإلهي.

ركّز ذهنك على محور الإرادة في الجبهة ما بين الحاجبين وبعمق أكد لنفسك العادة التي تريد أن تغرسها في الدماغ. وعندما ترغب في القضاء على عادات سيئة، احصر أيضاً انتباهك في مركز الإرادة وأكد بعمق أن كل الأخاديد التي تعشش فيها تلك العادات يتم مسحها.

بالتركيز وقوة الإرادة يمكنك مسح حتى الأخاديد العميقة للعادات القديمة المستحكمة.

أكد لنفسك مراراً وتكراراً أن لديك من قوة الإرادة ما يكفي لاستئصال جذور العادات غير السليمة من منطقة الدماغ. الوقت الأنسب لمثل هذا التأكيد هو الصباح الباكر عندما تكون الإرادة والإنتباه يقظين. واصل التأكيد لنفسك بأنك متحرر من كل الإملاءات وستجد يوماً ما أنك - بعونه تعالى - قد تحررت بالفعل من العادة التي تريد التخلص منها.

مهما كان الشيء الذي تخشاه، ابعد فكرك عنه واتركه لله. عزز يقينك بالله وثق بأنه قادر على مساعدتك، واعلم أن قدراً كبيراً من المعاناة ناجم عن الهم والقلق.

لماذا يتعين عليك أن تتألم الآن والشيء الذي تخشاه لم يقع بعد؟ بما أن معظم اضطراباتنا تأتي عن طريق الخوف، فإن أقصينا الخوف من حياتنا سنشعر بالحرية وسيكون الشفاء فورياً.

كل ليلة وقبل النوم مباشرة أكد لنفسك أن الله معك وأنه يحميك ويرعاك. تصور نوره الواقي يحيط بك من كل جانب وستشعر بحمايته العجيبة.

في هذه المسرحية الكونية، يقوم البشر من كل الأجناس بتمثيل دراما الحياة على مسرح الزمن.

يجب أن ندرك مغزى الحياة دون الإنهماك الزائد أو التحقق المفرط مع أدوارنا المؤقتة. إن إدراكنا للحياة كثيراً ما يشوبه التشويه والإنحراف لأننا ننظر بعيون الأنانية والأفق المحدود، ولو نظرنا بعين الروح لأبصرنا الأمور من منظور آخر تماماً.

عندما نفتح عين الحكمة نبصر نور الله الشامل، وفي ذلك النور نعاين طبيعتنا الروحية التي هي انعكاس لطبيعة الوعي الكلي الذي يتخلل كل جزيئات وأجزاء الكون.

الحقائق الروحية تحيط بنا وتقرع على أبواب عيوننا المغمضة وتستحثنا كي نبصر النور بدل الظلمة ونعمل بوحي الحكمة وليس الجهل ونملأ قلوبنا بالمحبة لا بالكراهية ونتعاون على إحلال السلام وجلب الوفرة والأمن إلى عالمنا. عندما نفعل

ذلك سيتبدد الجهل وتنعدم الفوارق الوضعية وسنبصر الوحدة في التعداد ونصبح أكثر توافقاً من الإرادة الإلهية.

إن علاقتنا مع الله ليست علاقة باردة أو علاقة غير قائمة على الحب والدفء كالعلاقة بين رب العمل والأجير. نحن عياله واهتمامه بنا لا يتوقف، وهو يصغي لنا على الدوام. إننا جزء لا يتجزأ من كيانه وعلاقتنا به حية وحيوية. لقد وهبنا ثروة لا تنضب من المحبة والفهم والبصيرة والإرادة الطيبة والقوة الروحية، لكن معظمنا بدد تلك الثروة على اللاشيء.

الله يريدنا أن نحيا بأمن وطمأنينة وتعاون ودي كما يليق بأفراد أسرة نبيلة متحابة، لكن الأطماع والحسابات الأنانية نبتت وترسخت في النفوس وفرقت ما بين الأهل.

الله يريدنا سادة لكننا اخترنا أن نكون عبيداً. لقد ابتعد الإنسان كثيراً عن بيته السماوي وفقد الفردوس الباطني المتمثل في الإحساس بقربه من الله وقرب الله منه، ولن يتمكن من استعادة ذلك الفردوس دون مجهود ذاتي. لقد خلقنا الله على صورته ولكن غابت تلك الحقيقة عن أذهاننا.

لقد استسلمنا للوهم بأن قـَدرَنا هو العناء ومآلنا الفناء، ويجب أن نمزق حجاب الوهم بخنجر الحكمة لنرى الحقيقة الناصعة من خلف الحجاب.

لقد أنعم الله عليّ بالسعادة خلال هذه السنوات المديدة من عمري. وسواء رأى الناس ابتسامة الرضا على وجهي أم لا، فإن الفرح الإلهي يلازمني على الدوام ولا يفارقني أبدا.. ونهر الغبطة العظيم يجري باستمرار تحت رمال وعيي ويتفجر ينابيعَ مباركة تروي حدائق حياتي.

لا تقلبات الحياة المفاجئة تقدر على تعكير صفو سلامي، ولا شبح الموت يمكن أن يسلبني تلك السعادة الروحية التي أحس بها.

كان من الصعب جعل تلك الحالة دائمة وغير قابلة للتغير، لكن ثمار الروح التي أتمتع بها الآن وأعمل على مقاسمتها الآخرين استحقت كل ذلك المجهود الذي بذلته من أجلها.

إنني أفكر وأعمل مدفوعاً بالروح الإلهي. لم يكن المال غايتي في الحياة بل خدمة إخوتي وأخواتي في الإنسانية. ولذلك

فقد فتح الله لي الكثير من أبواب الخير لإعالتي وإتمام رسالتي.. وفي أية لحظة أحتاج إلى مساعدة يحققها الله لي على الفور.

أمنيتي الوحيدة هي خدمتكم، ولهذا الغرض أنا هنا.

إن قوة الله تعمل في حياتكم أيضاً. ستلمسون بأنفسكم هذه الحقيقة عندما يتعزز إيمانكم وتدركون أن الغنى لا يأتي من النجاح المادي بل من العلي القدير.

كل لحظة تصرفها مع الله ستكون لمصلحتك العليا، وكل ما تنجزه محبة بمرضاة لله سيكتب لك في سجل الخلود.

اعتكفوا في خلوة أفكاركم العميقة واستمتعوا بالسلام المتدفق من ينبوع الصمت.

إن زرعنا أعمالاً طيبة نجني بهجة وبركة، وإن زرعنا أعمالاً بخلاف ذلك نحصد أنماطاً متعددة ودرجات مختلفة من الأزمات والمشاكل.

كل عمل طيب هو بمثابة مِعول به نحفر في تربة الوعي للكشف عن ينبوع الفرح الإلهي.

تعلّموا الغوص في بحر الاستبطان وسبر الغور، سواء فيما يتعلق بالكتب الجيدة، أو الاعتقاد، أو المشكلات، أو الفلسفة، أو الابتهاج الداخلي، مدركين أن الخلوة الاعتيادية [التأملية] هي ثمن السعادة الحقيقية.

مع أن الحياة تبدو متقلبة غريبة الأطوار وغامضة تكتنفها الشكوك وتعج بكل أنواع المشاكل والإضطرابات لا زلنا مع ذلك في حماية الله الدائمة. يجب أن لا نضخم الأمور وألا نفقد رباطة جأشنا في مواجهة الأحداث لأننا إن سمحنا للهلع بالإستيلاء علينا فإننا نمنح بذلك أهمية للشر ونعمّق جذوره التي تنمو وتترعرع في تربة الرهبة والقلق.

اسأل نفسك كل ليلة: كم من الوقت أمضيت مع الله، وكم تعمقت في التفكير، وكم أنجزت، وكم عملت من أجل الآخرين، وكم تحكمت بأهواء النفس؟

يجب ألا نتوقع الحصول على السعادة والسلام الدائمين من اختبارات الحياة، بل يتعين علينا التماسهما والعثور عليهما في داخلنا. عندها، مهما كانت التجارب التي نمر بها سنتعامل معها

بنفس الكيفية التي بها نشاهد اختبارات وتجارب شخص آخر في فيلم سينمائي، سواء كانت سارّة أو مؤلمة.

بإمكان الشخص تحويل كل تجاربه إلى اختبارات تعيسة مؤلمة إن هو سمح لفكره بذلك. فهو قد يمتلك الصحة الجيدة ومع ذلك لا يقدّر قيمتها. لكن إن أصابه مرض سيتواضع عندئذ ويقدّر نعمة العافية. يجب أن نعترف بفضل الله ونشكره على نعمه التي يسبغها علينا دون أن ننتظر الظروف المعاكسة كي تجعلنا شاكرين وبالجميل معترفين.

الحياة يجب أن تكون مزيجاً من التأمل والعمل. عندما يفقد الإنسان توازنه النفسي يصبح عرضة لهجمات الهموم وأبخرة الأحزان ووخزات الألم. وإذا ما حاول خرق قوانين الصحة والبحبوحة والحكمة فإنه سيعاني لا محالة من المرض والفقر والجهل.

يجب أن نحتفظ بسرائرنا نقية ودوافعنا نظيفة وأن نتصرف بكيفية تجلب لنا السلام النفسي، وألا نسمح لظروف الحياة بتعكير صفونا وتدمير سعادتنا.

القلوب المحزونة والخواطر المكسورة تجذبني إليها مهما كانت بعيدة.

وسّع حدود مملكة محبتك المتوهجة لتشمل تدريجياَ أسرتك، وجيرانك، ومجتمعك، وبلدك، وكل البلدان والمخلوقات الواعية.

كما ينبغي أن نقوّي الفكر وأن نرفض حمل عبء الضعف العقلي والخلقي الموروث من سنين وأجيال. هذه الشوائب ينبغي حرقها في نيران التصميم الجديد والعمل المفيد. وبهذا التوجّه البنّاء يتمكن الراغب الجاد من بلوغ آفاق التحرر والحرية.

اعمل على تفعيل القوة اللامتناهية الموجودة في داخلك كي تتمكن من أداء دورك المرموق على مسرح الحياة.

حالما يشرع الإنسان بعبادة الممتلكات والمال والشهرة وأي شيء آخر ما عدا الله تكون التعاسة من نصيبه. الذين يحصرون جل اهتمامهم في تلك الأمور هم بالحقيقة يعبدونها ولذلك لا يقتربون من الله بل يبتعدون عنه. أما الذين يتفكرون

في الله ويتأملون عليه ويناجونه في ضمائرهم فيقتربون منه ويشعرون بفرح باطني لتواصلهم الصامت معه.

الله وحده قادرٌ على تحقيق أحلام وآمال الإنسان في الحصول على سعادة دائمة. ولذلك يجب عدم السماح لأي شيء بأن يحتل مكان الله في القلب.

هناك رموز مقدسة قد تساعد المريد على تذكر الله والتقرب منه. ولكن إن راح الإنسان يعبد تلك الرموز فيصبح ضررها أكثر من نفعها. العبادة يجب عدم توجيهها إلا لله لأن لا شيء غيره يستحق العبادة.

مهما كانت طبيعة العبادات الطقسية فإنها مقبولة عند الرب ما دام المتعبد يؤديها بوعي روحي وشوق لله. لكن الكثير من الناس لا يدركون جوهر العبادة فيتحولون بأفكارهم وقلوبهم من الله إلى الطقوس فلا يستفيدون كثيراً من عبادتهم تلك.

المتعبدون الصادقون لا يسمحون لوعيهم بأن ينحصر في أية صورة أو شكل، لكنهم يركزون بأعمق محبة وانتباه تام على الروح الإلهي خلف كل الصور والأشكال.

الله مطلق لا نهائي ولا يمكن لأية صورة أو تمثال احتوائه.

يمكن القول أن الله يَظهرُ في كل من يحبَّه محبة خالصة ويتوافق معه لأنه حاضر في كل مكان ولذلك فهو حاضر في الجميع. لكن ليس لكل واحد القدرة على إظهار الحضور الإلهي. الشمس تسطع بنفس المقدار على قطعتي الفحم والألماس، لكن الألماسة تستقبل نور الشمس وتعكسه، بينما الفحمة لا تستطيع ذلك.

وبالمثل فإن كل الناس يعومون في نور الله ولكن قلة قليلة باستطاعتهم استقبال ذلك النور وإظهاره في أفكارهم وأعمالهم. ولكي يفعلوا ذلك يجب أن يطهروا أنفسهم بالتأمل وباتباع التعاليم والوصايا الإلهية.

عندما نتلفظ باسم الجلالة يجب أن نكون على دراية وجدانية وثيقة بما نقوله. لو استطعتَ أن تنفذ إلى أفكار الناس أثناء صلاتهم لوجدت أن معظمهم يفكرون بكل شيء آخر ما عدا الله، مع أنهم يتلفظون بإسمه! فصلاة من هذا النوع عقيمة وبلا قيمة.

عندما نصلي يجب أن نبذل قصارى جهدنا كي نحصر كل ذهننا في الله بدلا من ترديد إسمه المبارك وفي نفس الوقت نسمح لأفكارنا بأن تحوم حول أشياء أخرى. لقد كانت إحدى عماتي تردد صلواتها على السبحة وكانت السبحة نادراً ما تفارق يدها. لكنها اعترفت لي ذات يوم بأنها بالرغم من ممارسة عادة الصلاة تلك لأربعين سنة بطولها لم يستجب الله لصلواتها. لا عجب! فإن "صلواتها" لم تكن سوى عادة عصبية ليس إلا.

عندما نصلي يجب ألا نفكر بأي شيء آخر سوى الله. ويجب أن نعمل ما بوسعنا لأن نكون صادقين في عبادتنا مخلصين في دعائنا. لا بأس من استخدام السبحات والتلفظ الدائم بإسم الله عندما تكون الممارسة نابعة من القلب ومدعومة بالإخلاص وتركيز الذهن. ولكن هذه الممارسة قد تصبح آلية مع الأيام.

يجب أن نهمس إسم الله في قلوبنا على سبحة الشوق والحب الإلهي، وتلك هي العبادة الفعلية التي تلامس قلب الله. التلفظ باسم الله بشعور بارد وفكر شارد هو تجديف على المقدسات واستهتار بها. عندما يصلي المرء يجب أن يمتلئ قلبه وعقله بحب الله.

يا رب، أنت نجم القطب الرباني الذي به تستهدي أفكاري التائهة في بحر التجارب والمحن الهائج المتلاطم.

إن التدرّب على تركيز العقل بالرياضة اليوغية العليا يساعد على التقرب من الله المصدر الأسمى ذي البهاء والسناء مثلما يساعد على التفكير بالله والتواصل معه.

الحاجة تمس إلى تخصيص يوم من أيام الأسبوع للخلوة الروحية (إن أمكن) قصد التفكير بالله والاستمتاع بالسكينة حيث السلام والراحة النفسية. إن وقتاً تصرفه على هذا النحو سيكون بلسماً شافياً للمتاعب والمضايقات التي تمر بها خلال باقي أيام الأسبوع.

كل واحد يحتاج إلى قضاء يوم واحد من كل أسبوع في الخلوة أو "المستشفى الروحي" كي يبرأ من جروحه وآلامه النفسية. عندما يصبح ذلك اليوم يومَ سلام وفرح ورضاء ستنتظره بشوق من أسبوع لآخر.

الخلوة هي ثمن العظمة. وستندهش للنتائج الرائعة التي ستحصل لعقلك وجسمك ونفسك بفضل تلك الخلوة الروحية والتواصل مع روحك ومع الله. إن كنت تصبو للسعادة الحقيقية فيجب أن تغمر نفسك في بحر السلام الإلهي في الصباح الباكر عند الإستيقاظ، وأيضاً قبل النوم ليلا.

إن حكماء الهند ينصحون ليس بيوم واحد للخلوة وحسب، بل يؤكدون الحاجة للتأمل الهادئ خلال أربع فترات محددة في اليوم. عند الفجر، وقبل النهوض ورؤية أي إنسان، يجب الاستمتاع بالهدوء والإحساس بالسلام. وعند الظهيرة يجب تهدئة الفكر قبل تناول طعام الغداء، وكذلك الاستمتاع بقسط آخر من السلام قبل تناول وجبة العشاء، وقبل الذهاب للفراش ليلا يجب الدخول في حالة السلام ثانية.

الذين يراعون الصمت بدقة أثناء الخلوة وخلال هذه الفترات اليومية الأربع لا بد وأن يشعروا بتناغم مع الله. ومن لا يستطيع مراعاة كل هذه الفترات فيجب أن يكرّس فترتيّ الصباح والليل على الأقل. وبفعل ذلك ستتبدل حياته نحو الأفضل وسيشعر بالسعادة، والتجربة خير برهان.

إن بقيتَ تكتب شيكات وتوقع عليها دون إيداع ما يكفي من رصيد لتغطية حسابك المصرفي فسينفد ما لديك من مال. وهذا ينطبق أيضاً على حياتك. فبدون الودائع المنتظمة من السلام في حساب حياتك ستـُصرف قدرتك وتنفد سكينتك وتتبخر سعادتك. وباختصار ستعاني في النهاية من الإفلاس العاطفي والعقلي والجسدي والروحي. لكن التأمل اليومي العميق على الله سيعوّض النقص في حسابك النفسي.

المريد الراغب يتأمل كل يوم ويناجي الله بكل ما في قلبه من حب وحنين متودداً إليه كي يظهر ذاته له. إن كنت من عشاق الله وتتشوق لملامسة حضوره فيجب أن تغمر عقلك وجسمك بسلامه وستبتسم لك الحياة وتتحسن أمورك من نواح عديدة.

الشخص الهادئ نادراً ما يرتكب خطأً، وينجح حيث يفشل الآلاف غيره.

الذين لا يفكرون بالله ولا يهتمون به يصابون بالكآبة والنكد. يصبحون عصبيين ويتحولون إلى آلات متحركة.

ستشرق شمس الحكمة والسلام في سماء السكون وستغمر كيانك بأشعتها الشافية ما دمت تبذل مجهوداً روحياً وتمنح المقام الأول لله في قلبك.

إن قمراً واحداً ينشر نوراً أكثر من كل النجوم. والشمس [التي تبدو] صغيرة تطرد الظلام من مجال أكبر منها بملايين المرات. وبالمثل، فإن إنساناً طيباً.. لمجرد وجوده في العالم يُطْلق ذبذبات تتصدى لِكَمٍ كبير من الاهتزازات الصادرة عن الأشخاص الشريرين وتُبطِل مفعولها.

يوم التأمل يجب أن يكون أيضاً يوم راحة نفسية وجسدية وتنمية السلام المقدس. وكل نشاط يثمر حكمة وسلاماً هو نشاط مبارك في ذلك اليوم.

أما بخصوص إكرام الوالدين فالكتب السماوية أوصت بهما خيراً: "أكرم أباك وأمك" "وبالوالدين إحسانا".

الأب والأم البشريان ينبغي تكريمهما كممثلين لله الذي زودهما بموهبته لخلق الإنسان. الأم هي محبة الله النقية المجسّدة لأن الأم المُحبة تصفح حيث لا يسامح أحد. والأب هو مظهر الحكمة لله والحماية لعياله.

يجب أن لا يحب الإنسان أباه وأمه بمعزل عن الله، بل كمظهر لحبه ذي الحماية والحكمة. إن الروح الإلهي الفائق يصبح الأب والأم كي يساعد الطفل، لذلك يجب إكرامه في الوالدين.

كما توصينا الكتب المقدسة بعدم القتل رغبة في القتل، لأن المرء يصبح عندئذ قاتلاً. يجب أن لا يسلب الإنسان حياة إنسان آخر في لحظة انفعال عاطفي عنيف. ولكن إن تعرّض أحباؤه للخطر فيجب أن يقاتل من أجل حماية الذين منحهم الله له، إذ للإنسان واجب مقدس للدفاع عن أسرته وبلاده.

وبخصوص التحذير من الزنا، فالغرض المثالي من الإتحاد الجنسي يجب أن يكون إنجاب أطفال مخلوقين على صورة الله، والإعراب عن الحب النقي الذي يشعر به شريكا الزواج اللذان يبصران الله في أحدهما الآخر. أما الذين يعيشون على المستوى الجسدي وحسب، دون أي اعتبار للحب الحقيقي أو الهدف السامي الذي من أجله خلق الشعور الجنسي فيرتكبون الزنا

بحسب هذه الوصية. ففي هذه الحال لا يفترق الإنسان عن الحيوان الذي يقضي شهوته الجنسية ويمضي في حال سبيله.

لقد خلق الله هذا الدافع الخلاق في الرجل والمرأة للإنسال والتعبير عن الحب الحقيقي المتبادل في الحياة الزوجية ولا ينبغي إساءة استعماله بخلاف ذلك بل تحويله إلى نشاط ومعرفة مقدسة.

إن استطعت التحكم بالقوة الجنسية وتوزيعها في كيانك ستتمكن من تنمية قدرات عقلية عظيمة للكتابة والرسم أو للإفصاح عن مواهب كامنة في طرق أخرى لا تحصى.

وإذ تتمكن في نهاية المطاف من ضبط النشاط الخلاق وتحويله روحياً ستشعر بسلام عظيم وحب كبير وغبطة روحية متزايدة.

فالقديسون والأقطاب الروحيون الذين حولوا نشاطهم الجنسي تحويلا روحيا هم جبابرة قادرون على القيام بإنجازات مدهشة ومذهلة في العالم وفي البحث الباطني عن الحق.

وهكذا فإن أسمى استخدام للدافع الجنسي هو تصعيد قوّته أي تحويل طاقته إلى هدف أسمى من أجل إظهار الحكمة والأفكار السامية والمثل الروحية. يجب أن لا يتلذذ الإنسان بالأفكار الجنسية أو يشتهي جنسياً ما هو محرّم عليه. وعندما يحرز هذا النوع من ضبط النفس سينظر نظرة سليمة إلى الجماع وغرضه السامي.

إن الإستعباد للأمور الجنسية يعني فقدان الصحة وضبط النفس والسلام الفكري، وباختصار كل مقومات السعادة التي يحتاج لها الإنسان.

كما تهيب بنا الكتب المقدسة بألا نسرق. فلو كانت هناك جماعة مؤلفة من ألف شخص وكل واحد راح يسرق من الآخر لكان لكل واحد 999 عدواً. لهذا يجب ألا يتعدى الشخص على حقوق غيره وأن لا ينتزع منهم أرضهم أو سلامهم أو محبتهم أو كرامتهم أو أياً من ممتلكاتهم المادية والمعنوية. إن لم تشعر بالرغبة في أخذ ما ليس لك فالذي تحتاجه أو ترغب فيه سيأتيك. السرقة تتولد أولاً في الفكر عندما يبدأ الشخص بحسد الآخرين. يجب نزع بذور المشتهيات الخبيثة من الفكر. الإيثار

الروحي هو الطريق.. عندها سيجتذب الشخص البحبوحة تلقائياً وتتوارد عليه الخيرات من حيث يدري ولا يدري. إنه قانون إلهي لا يخطئ. أما السارقون والأنانيون فيلهثون طوال عمرهم وراء المادة وعيونهم دوماً على ما بحوزة الآخرين، حتى ولو كانت خزائنهم ملأى بالذهب.

وما لم يتم التخلي عن الأنانية المادية لا يمكن أن يعرف العالم السعادة.

تأتي السعادة فقط بالتعاون الروحي. عندما يحس الشخص باحتياجات الغير كما لو كانت احتياجاته الخاصة ويعمل من أجل الآخرين كما يعمل من أجل نفسه.

وهناك وصية أخرى هامة وهي عدم الشهادة بالزور. فإلحاق الضرر بأي إنسان من قبيل تشويه الحقيقة هو أسلوب آخر لتمزيق السعادة الإجتماعية. إن كان الإنسان يرغب في أن يُعامَل معاملة حسنة فينبغي أن يعامِل الآخرين بنفس الكيفية. يجب قول الحق دائماً إنما يجب التمييز بين قول الحقيقة وإدراج الوقائع. فالإشارة إلى شخص ما بأنه أعرج أو أعمى هي إشارة مؤلمة ولا خير فيها، إذ ينبغي مراعاة مشاعر الآخرين ومحاولة عدم إحراجهم. كما أن الإخبار بحقيقة من شأنها خيانة شخص آخر دونما غاية شريفة هو خطأ أيضاً. من ناحية أخرى يجب ألا يكذب الشخص تجنباً لقول الصدق، بل بإمكانه أن يلتزم الصمت حيال بعض المواقف لئلا يحرج الآخرين أو يلحق الأذى بهم.

ويجب أن يحترس الشخص من الحسد الذي هو مرض أكال ينهش سلام الروح نهشاً. كلما اشتهى المرء ما للآخرين كلما زادت تعاسته وتضاعف شقاؤه. الحاسد يمضي حياته منغصاً لا يعرف لراحة البال طعماً. الأحرى به أن يحترم نفسه ويعتمد عليها وأن يطلب الثراء الروحي داخل نفسه.

كرامة المرء وقيمته الذاتية هما أعظم بكثير من أي شيء يتوق إليه ويرغب في الحصول عليه. إن الله ظاهر في كل إنسان بكيفية غير ظاهرة في أي كائن بشري آخر. فوجهه ليس كوجه أي إنسان آخر، ونفسه ليست كنفس أي إنسان آخر.. لأنه داخل نفسه يكمن أعظم كنوز الكون على الإطلاق.. وذلك الكنز الأعظم هو الله.

نريد أن تشع حياتنا وتزدهر بالأعمال الطيبة، وأن تكون معطّرة بالبهجة والهناء، وأن نحيا دوماً في ذاكرة الذين يقدروننا.

عندما يمتلك الإنسان الإيمان الصحيح ويعمل بموجبه يكون أكثر سعادة من أولئك الذين يعوزهم الإيمان ولا يقومون بأداء الواجبات المترتبة عليهم في معركة الحياة.

فالإيمان السليم والعمل الصحيح (المدعوم بالدوافع النبيلة والنوايا الطيبة) موجودان دائماً وأبداً حيثما وجدت السعادة ومفقودان بفقدانها. من هنا يمكننا الإستنتاج أنهما شرطان أساسيان للسعادة التي لا يمكن تحصيلها بدونهما. فليس على الراغبين في امتلاك السعادة إلا امتلاك هذين العنصرين الأساسيين اللذين هما ركنا السعادة ودعامتاها.

لا يستطيع الإنسان أن يتحكم – على هواه – بمكونات الكون اللامتناهية، أو تعديلها أو محوها.. فتلك المكونات ترتبط خيوطها الدقيقة ارتباطاً وثيقاً بنسيج حياته ولا يمكن له العمل بمعزل عنها. لكن باستطاعته أن يتحكم بعقله بحيث يتأقلم معها فلا تلحق به الأذى.

أسلافنا كانوا أكثر سعادة منا ليس لأنهم امتلكوا من الأشياء والمتع الدنيوية أكثر مما نمتلكه الآن، أو لأنهم كانوا أقل عرضة لمشاكل الحياة، بل لأنهم امتلكوا التوازن النفسي الذي منحهم الراحة والسلام والقناعة وباختصار.. السعادة.

لم يعتمدوا على ظروف خارجية لإسعادهم، ولم يستسلموا لظروف خارجية من شأنها أن تفقدهم سعادتهم. فشعورهم بالراحة والسلام والسعادة والرضى كان شعوراً اعتيادياً، طبيعياً، صحياً ومستداماً. ونحن أيضاً ينبغي أن ننمي ذلك الشعور فيما إذا رغبنا بامتلاك السعادة. ومن منا لا يرغب بامتلاكها؟

القدَر هو نتيجة ممارسة سابقة للإرادة الحرة أو حرية الإختيار. فبممارساتنا الماضية لحرية الإرادة جلبنا ونجلب على أنفسنا القضاء والقدر. لكننا لسنا مكبلين بالماضي ولسنا مقيدين بنتائج أعمالنا إلى الأبد، إذ بإمكاننا أن نقتلع ما زرعناه ونمحو ما

كتبناه إن نحن رغبنا بذلك وعملنا جاهدين على تصحيح المسار وتحسين نوعية الثمار.

فإن قضينا على بذور الأفعال ذات النتائج المؤلمة وغرسنا بدلاً منها بذورا أكثر ملاءمة لطبيعة النفس فلا بد أن نجني ثمار السعادة من تلك البذور الصالحة المستنبتة في تربة النفس. لا بد لنا من ممارسة الإرادة الحرة الآن، الآن وليس غدا، إن نحن رغبنا بتحصيل مقدار أكبر من السعادة أو بتقليل المعاناة والألم.

وعليه فإن شروط السعادة كامنة في ذات الإنسان وما عليه إلا أن يتعامل بجدية مع تلك المعادلة التي لا تخطئ وستكون النتائج لصالحه إن هو أحسن التقدير والتعامل.

يا رب، ليتشبع كياني بحيويتك، وقلبي بحضورك المؤنس العطوف، وعقلي بحكمتك، ولتمتلئ روحي بوعيك الإلهي.

في تربة قلوبكم تنمو بذور المحبة. اسقوا تلك البذور بمياه الحب الشامل والتعاطف العالمي.

إن قدرة العقل غير محدودة... وبناء عليه، إن فكرت بعمقٍ كافٍ في أي موضوع سيأتيك الجواب على أي سؤال يتعلق بذلك الموضوع.

إن كرّس الشخص كل أعماله ونشاطاته لخدمة الآخرين وأنجزها بنفسية رضية فإنها بالفعل تستحق الإعتبار ويستحق عليها الشكر.

يجب ألا نكون وحيدي الجانب.. بل ينبغي موازنة فعالياتنا وإعطاء أعمالنا وواجباتنا الأولوية، بحسب أهمية كل منها..

الواجب هو ذلك العمل الذي يقوم به الإنسان بفرح وليس بدافع الكسب المادي، والواجب الروحي والخلقي يجب أن يأتيا في المقام الأول في الحياة.

لدى كل إنسان قدرات كامنة لم يستثمرها بعد. ولديه كل القوى التي يحتاج إليها. العقل بحد ذاته هو قوة عظمى.. ويجب تحريره من العادات والمفاهيم المقيدة البالية.

إن تأثير الكواكب والنجوم على حياة البشر ناجم عن القوى المتداخلة من جذب ودفع بين الكواكب وأجسام البشر.

الأفكار الشريرة تقود صاحبها إلى بيئة شريرة كي يعبّر عن ذاته حسبما يشتهي ويريد. لكن الإنسان يمكنه تغيير فكره ووعيه

بقوة الإرادة، ويمكنه بالتالي تغيير بيئته. أما إن بقي الشخص في بيئة شريرة لفترة طويلة فإن تلك البيئة تبدأ بالتأثير عليه بصورة لاشعورية. ومع مرور الأيام يخسر بالمرة حريته في اختيار بيئة سليمة وصحية ويصبح رهن المؤثرات السلبية للبيئة السيئة. أما صاحب الإرادة القوية فيتوافق مع الله.

طاقة العقل المركزة

عندما تقوم بتركيز أشعة الشمس من خلال عدسة مكبّرة على نقطة صغيرة فإنها تنتج حرارة وتلك الحرارة يمكنها إشعال الخشب والقماش والورق وغير ذلك. وبالمثل، عندما تركز العقل تركيزاً دقيقاً يمكن لطاقته المركزة أن تحرق جذور الشك علة كل فشل وتجعل نور الحكمة يسطع بوهج وتألق.

عندما يتناغم الفكر مع الله منبع كل الخيرات ومصدر كل القوى المباركة يصبح على دراية بالحضور الإلهي ويمتلك كل مقومات النجاح. تلك المقومات هي وثيقة الصلة بقوة الله الجبارة القادرة على خلق أسباب جديدة للنجاح في أي مضمار.

المتاعب والمضايقات تحدث بسبب عدم دراية الإنسان بأعماله الماضية التي قام بها في مكان ما وفي زمن ما. فمعاناته الحالية ناجمة عن أفكار وأفعال صدرت عنه فتجسّدت بذوراً تغلغلت في تربة الوعي فأنبتت نبتاً وأخرجت ثمراً له نفس مواصفات الأفكار التي أطلقها والأفعال التي قام بها.

المحن والبلايا لا تأتي لتحطم الإنسان وتشلّ إرادته، بل لتجعله يقدّر الله حق قدره ويحترم قوانينه التي من خلالها يمكنه الحصول على السعادة الحقيقية. الله لا يرسل تلك التجارب القاسية لأنها من صنع الإنسان في المقام الأول. وما على الإنسان إلا إيقاظ وعيه من سبات الغفلة وابتعاثه من ظلمة الجهل إلى نور المعرفة.

في معظم الأحيان تعدنا الحواس بقليل من المسرات الوقتية الزائلة لكنها تمنحنا في النهاية آلاماً ومعاناة طويلة. أما الفضيلة والسعادة الحقة فلا تعِداننا بالكثير، لكن في

النهاية تمنحاننا فرحاً نقياً ودائماً. لهذا السبب أعتبر السعادة الباطنية الدائمة فرحاً والملذات الحسية المؤقتة متعاً.

عندما تنظر للشمس على بعد ملايين الأميال في الفضاء، فإن ذلك النجم الهائل يبدو أصغر بكثير من أرضنا

ومع ذلك فإن قطر الأرض هو 7900 ميلا على وجه التقريب، وقطر الشمس يفوق قطر الأرض بمائة مرة أو أكثر. فلو تمكنت من وضع كوكبنا الأرضي بمحاذاة الشمس لظهرت الأرض كنقطة صغيرة مقارنة بالشمس

ولنفرض أن المجال الشمسي الجبار آخذ في التمدد والاتساع حتى تبتلع كتلته العملاقة السماء الزرقاء برمتها، فالسماء التي نراها هي ليست سوى جزء صغير بل ذرة دقيقة من الفضاء الذي يتخلل الكون اللا متناهي

ولو واصلتْ الشمس اتساعها وتمددها في الفضاء إلى ما لا انتهاء، لما تمكنت مع ذلك من الإحاطة باللانهاية

إن الوهم الكوني للصغر والتناهي يحد ويصد العقل عن إدراك ذلك الاتساع الكوني

ومن أين أتى هذا الفراغ المطلق، وأين هي حدوده؟

إن الذي لا يخضع للأبعاد والمقاييس ولا حد له ولا منشأ هو الله الكلي الحضور والموجود في أقصى أقاصي الفضاء. إنه في النجوم البعيدة النائية مثلما هو موجود في داخلك وداخلي، وهو على دراية واعية بكل حيّز يشغله، مهما كان صغيرا أو كبيرا

الماضي مجهول لمعظم البشر باستثناء قلة قليلة من المستنيرين. ومع ذلك فإن جهلنا بالماضي هو أيضاً لصالحنا. فلو عرفنا كل ما فعلناه في هذه الحياة وفي حيوات سابقة لهذا التجسد لصُعقنا للتراكمات الهائلة ولأصبنا بالذهول ، بل ولربما أصيبت إرادتنا بالشلل التام من هول المفاجأة فنعجز عن مواصلة السعي ونقع فريسة الإحباط. وحتى في هذه الحياة

الدنيا فإن النسيان نعمة من نعم الله، فلا تطغى على فكرنا وشعورنا تذكارات الماضي، لا سيما المُرة والأليمة منها لكن لحسن الحظ فإن الشرارة الإلهية بنا دائمة التألق بالأمل وبالرغبة في مواصلة مسيرة الحياة التي لا تتوقف. ويجب أن نشكر الله على هاتين النعمتين: نسيان الماضي والأمل بالمستقبل.

يجب ألا نستنتج أن القدر يضع عوائقَ أمام حرية الإرادة، ومع ذلك علينا أن نبذل قصارى جهدنا لمقاومة المؤثرات السلبية التي يعزوها معظم الناس إلى القضاء والقدر، وممارسة حرية الإختيار بحسب قناعاتنا الباطنية شرط أن تكون تلك القناعات قائمة على الإيمان الصحيح ومرتكزة على القوانين الإلهية التي لا يمكن للإنسان أن يتذوق طعم السعادة الحقيقة دون مراعاتها والعمل بموجبها

عندما نشرع في عمل ما ينبغي ألّا نرهب الظروف المعاكسة، بل يجب أن نكون متفائلين إلى أقصى حدود التفاؤل، مع إيمان مطلق بأن لا شيء يمكن أن يقف عائقاً في سبيل تمرين الإرادة وممارسة حرية الإختيار.

غالباً ما يشبه الإنسان ورقة شجر طافية على صفحة النهر، وعليه أن ينتشل نفسه من تيار العادات الآلية المنطلق به نحو شلالات الوهم والتدمير. معظم الناس يبدو أنهم لا يكترثون بل يسمحون لأنفسهم بالانجراف مع التيار.

إن لم ننجح في تحقيق مبتغانا فلا بأس من الإعتراف الضمني أن هناك أموراً معاكسة من صنع أيدينا حالت دون بلوغ الهدف، ولا بد من المثابرة ومضاعفة المجهود لبلوغ الغاية المنشودة. كما يجب أن نؤكد لأنفسنا أنه مهما كانت العوائق والعقبات قوية وعاتية لا زلنا نملك ما يكفي من القوة لإزاحة تلك

العوائق والتغلب على تلك العقبات. وحتى إن أخفقنا بالرغم من كل المحاولات، فلا داعي للقنوط والإحباط ما دمنا ندرك أن إرادة الإنسان أقوى من قدره الذي هو من صنع يديه، ولذلك يجب أن لا يكف عن المحاولة مهما فشل في مسعاه لأن هناك أبواباً مفتوحة دائماً وأبدا وما علينا إلا أن نواصل السعي ونكرر المحاولة حتى يكتب لنا النجاح. فالله يمدنا بالعون ما دمنا نتوكل عليه ونبذل المجهود اللازم. [فمن سار على الدرب وصل، وما خاب من على الله اتكل].

عندما يرغب الشخص بشيء ما وتكون رغبته لذلك الشيء قوية وملحّة فإن تلك الرغبة لا تفارق وعيه أينما ذهب وحيثما توجه مهما كانت شواغله ومشاغله. وبعملها الدائم والحثيث، تمتلك تلك الرغبة عزماً وطاقة هائلين، وهذا الهمس الفكري هو أقوى وأكثر فعالية من الابتهال الآلي الذي لا يتعدى تحريك الشفتين. وهكذا يفعل محبو الله.. فهم يهمسون حبهم لله دون انقطاع وتظل همساتهم قلبية غير مسموعة خلال كل نشاطاتهم اليومية. هذا الهمس الوجداني لا يشغلهم ولا يتعارض مع واجباتهم الأخرى. وإذ تتعاظم رغبتهم في الله يقوى حبهم له ويزداد عمقاً فيلامسون حضوره ويبصرون بعين الروح نوره فيتذوقون غبطة عارمة ويشعرون بسلام يفوق حد الوصف.

إن الله يرسل لنا الدروس التي نحتاجها في الحياة كي نستفيد منها ونكتسب فهماً وخبرة ومن يتهرب من تلك الدروس سيضطر لأن يتعلمها مهما طال الزمن.

كل اختبار هو صديق إن تعلمنا منه وهو طاغية مستبد إن فرطنا في الفرصة المتاحة وأسأنا استخدامها بالتذمر والإستياء وسوء التقدير.

عندما نمتلك الفهم السليم والموقف الصحيح تجاه الحياة فإنها تصبح جميلة وخالية من التعقيد.

-

حالات نفسية

لا يستطيع الشخص أن يظل طوال الوقت محمولاً على موج البهجة أو مغموراً تحت مياه الحزن المضطربة أو غارقاً في لجج الضجر. ففي هذا العالم الذي يتميز بالثنائيات المتصارعة، يخضع الشخص العادي للتقلبات صعوداً وهبوطاً.. يرتفع على موج الفرح ويغوص إلى أغوار اللامبالاة وتشقلبه أمواج عاتية من الحزن.. ونادراً ما يعرف حالة أخرى من حالات الوعي.

السماح للظروف بأن تتقاذف الفكر على هذا النحو يعني استسلام الإرادة لقدَر نزوي متقلب الأطوار. ما يحتاجه الإنسان كي يحيا حياة ناجحة ومُرضية هو امتلاك الإتزان العقلي وهذا يمكن تحقيقه فقط بتركيز الذهن والسيطرة على الملكات النفسية.

حتى أشد الأحزان يشفيها الزمن، فلا فائدة من استحضار الحزن في كل يوم من أيام حياتنا. إن الحزن المستدام على عزيز مفارق لا يساعده ولا يساعدنا ولا يغير من الواقع شيئاً. كما أن تنمية عقدة النقص أو معاقبة الذات على أخطاء أو إخفاقات ماضية لا يجدي نفعاً بل يجعل الحياة تعيسة بائسة ويشل القدرات العقلية.

يجب أن لا نسمح لأنفسنا بالسقوط في حفر الروتين الممل لأن تلك حالة نفسية أبعد ما تكون عن الراحة كونها تقلق الفكر وتحرق القدرات الكامنة في أتون اللامبالاة.

يجب اجتثاث الفشل من الجذور وحرث حقول الحياة بهمة وعزيمة وزرعها ببذور الخير من أجل جني محصول وفير بعون الله.

اعمل شيئاً لم يعمله أحد قبلك.. شيئاً يبهر العالم. أظهِر أن قوة الله الخلاقة تعمل من خلالك.

ذوو الطباع الهادئة والطبائع النبيلة يساعدون على جعل أفكارنا مغناطيسية وصحية. ليس صعباً تحديد ما إذا كان الشخص يستمد غذاءه الفكري من بيئة مسالمة أو مشاكسة. فالقلق النفسي والإضطراب والتشويش.. كلها تنجم عن مخالطة النوع المغلوط من الناس، سواء من أصدقاء أو أقرباء، مما يتسبب في أفكار قلقة ومزاج معكر.

الجسم يستمد الطاقة والنشاط من الأغذية المادية، في حين تقوم الأغذية المغناطيسية بإمداد الجسم والعقل معاً بشحنات من الطاقة أسهل هضماً من الأطعمة الجامدة والسائلة التي لا يمكن تحويلها بسهولة إلى طاقة حية.

عندما تتمكن من تحويل الجهل إلى حكمة والضعف والوهن إلى صحة وحيوية.. والسير بثقة وجرأة – ولو بمفردك - على دروب الحياة.. والإبتهاج الباطني لامتلاكك ضميراً حياً ويقظاً.. والإيمان القاطع بعدل الله وبانتصار الحق على الباطل والحقيقة على الوهم .. وعندما تحاول كل يوم إطلاق أفكارك نحو

مستويات أرق وأرقى.. وتمتلك قلباً محباً وشكوراً ونوايا طيبة نحو الآخر.. يكون غذاؤك الفكري مغناطيسياً وستجذب إليك عندئذٍ كل ما هو جميل ونافع من أشياء وأشخاص وظروف تمس لها الحاجة في مواصلة المسيرة نحو شواطئ الأمن وبر الأمان. وليس آخراً عندما تبذل المجهود لتحصيل ما تحتاجه وتقنع بما ييسره الله لك تكون أغنى نفساً وأكثر رضاءً من المتهالكين على الدنيا.. الطامعين في حطامها.

التعاطف الغيري هو الجسر الذي يربط كل نفس بالنفوس الأخرى. التعاطف هو المدخل إلى كل القلوب

عندما يطلب الإنسانُ الله الذي هو الصديق الأوحد خلف كل الأصدقاء يصبح بالإمكان ترسيخ الصداقة الصادقة في كافة العلاقات البشرية العائلية والأخوية والزوجية والروحية. الصداقة عنصر حيوي في العلاقات الزوجية ويجب أن تكون الأولوية للتقارب الفكري والوجداني والإحساس بالجاذبية المعنوية والحب الحقيقي والصداقة. الذين لا يميزون ما بين الحب الحقيقي والجاذبية الحسية يخيب أملهم المرة تلو الأخرى.

عندما يؤسَّس الزواج على مُثل راقية واحترام متبادل يصبح اتحاداً سعيداً وموفقاً بين روحين متحابين ومتعاونين على تخفيف أعباء الحياة عن بعضهما وتبديد هموم العيش بالتعاطف والفهم الودي المشترك.

لا يمكن لأحد أن يسيّرني أو يسلبني إرادتي ما لم أسمح لأفكار الآخرين وأفعالهم بالتأثير عليّ.

إن حصرت تفكيرك في المادة سترى كل شيء من منظور مادي. ولكن حالما ترفع وعيك إلى حالة الإدراك الروحي ستبصر التيار المحيطي لنور الله متدفقاً خلف كل المادة، وسترى كل شيء من منظور الروح.

يا رب، إنني أدرك أن أمامي فرصة لا متناهية لاستكشاف قدراتي ومعرفة إمكاناتي الروحية. اليوم سأشحن أفكاري بجرعة من التفاؤل وسأفصُل ذاتي عن الإختبارات غير المستحبة.. وسأمارس ما من شأنه أن ينمي الجسم والعقل والروح على نحو متوازن ومتسق.

سأستبدل التعلقات المادية بالطموحات العليا
وسأدرك أن الروح الأمين معي على الدوام

إن رقصة الحياة والموت متواصلة على الدوام، لكنني سأحرر نفسي للأبد بإنقاذ هويتي الروحية.. وعندما تواجهني عواصف التجارب والمحن سأنطلق بقارب روحي عبر بحر الحياة إلى الشواطئ الإلهية الآمنة.

عندما أعمل وأبدع سأتذكر أن الله يعمل من خلالي. إنه سيد الكون ويمكنني التواصل معه بالتأمل العميق عليه.

يا إلهي الحبيب، إنني أدرك أن أفكاري ستجلب لي إما الفشل أو النجاح، اعتماداً على أيهما الفكرة الأقوى في حياتي. وسأحاول أن أتذكر بأنك تمد لي يد العون وتهيئ لي أسباب النجاح.

عندما تحل المصائب والبلايا سأستنهض همتي وأقوّي تصميمي للتغلب عليها. سأنتهج الإخلاص والصدق في معاملتي وتعاملي مع الجميع وسأطلق أفكار المحبة والأماني الطيبة.. عندئذ سيؤيدني الله بقوته وحكمته.

أمراض روحية وعلاجها
المعلم برمهنسا يوغانندا

حاولْ أن تتصور مجموعة من الأشكال البشرية عديمة التناسب والإنسجام:

واحد له رأس صغير بحجم حبة الحمّص وجسم كبير بحجم الجَمل!

آخر له يد جبارة كيد شمشون أو هرقل وجسم كجسم النغاشي أي القزم!

وثالث له رأس فيل ضخم وجسم فأر هزيل!

أفلا يكون ذلك المشهد بالنسبة لك مثيراً للدهشة والإستغراب أو للحزن والأسف فيما لو رأيت فجأة حشداً من تلك المخلوقات ذات التكوين الغريب المتنافر؟!

والآن تصور مجموعة أخرى من أناس طبيعيين من حيث الشكل والمظهر لكنهم مختلّو التوازن العقلي ومشوهون نفسياً.

ومثلما تحجب الثيابُ الجروحَ والقروحَ وتشوهات بدنية أخرى، هكذا يحجب الجسم القوي المعافى والوجه الصبوح الجميل الكثيرَ من الأمراض النفسية والعيوب الخلقية الخطيرة.

لو قابلتَ حشداً كبيراً من البشر العاديين ممن يتميزون بالمظهر الأنيق والصحة الجيدة.. ولو استطعت النفاذ ببصرك الروحي إلى أجسامهم العقلية فستكون المفاجأة مذهلة وقد يعتريك حزن عميق لما ستكتشفه.

ربما ستلاحظ أجسامهم العقلية على النحو التالي:

العقل بصورة الرأس، الشعور والحواس بصورة جذع الجسم، والإرادة بصورة اليدين والقدمين.. وكلها شاذة وسقيمة ومشوهة.

ستجد أن البعض لديهم رأس دقيق الحجم فيه حكمة منقوصة النمو ومثبت على جسم مترهل ومنتفخ بالطموحات الأنانية والمشتهيات الحسية.

وستجد أيضاً أن للبعض جسماً لا شعور فيه ولا حيوية مع أن له ذراعٍ مقدرةٍ عملية فائقة النمو.

آخرون قد يمتلكون دماغاً كبيراً خلاقاً، لكن جذع التعاطف والإحساس فيهم منكمش و(مقرقد) أي جاف. وهناك أيضاً صنفٌ آخر يمتلك تكويناً طبيعياً من حيث الجسد والرأس لكن أرجل الإرادة وضبط النفس لديهم هي إما واهنة أو مشلولة..

وقائمة الملاحظات تطول.. طال عمركم!

إن مثل هذه التشوهات السيكولوجية التي لا تعد ولا تحصى في الأجسام العقلية الناقصة النمو في بعض الجوانب، والمفرطة النمو في جوانب أخرى هي بالفعل موجودة – بالرغم من كونها متوارية – في الإنسان.. تسبب له آلاماً نفسية وتحول دون إظهاره لمواهبه وقدراته كما ينبغي إظهارها.

التطرق إلى بعض الأمراض السيكولوجية هنا قد يساعد على تحديد العلل الأساسية لكل المشكلات البشرية بحيث تصبح على الأقل معروفة لكل الذين يعانون منها ولو لاشعورياً، ليتسنى لهم الوقوف على طبيعة تلك العيوب وأعراضها وتغلغلها الصامت في النفس، لعلهم بذلك يتمكنون من صد زحفها الماحق للسلام، المدمر للسعادة.

السوداوية الروحية

هذا المرض متفشٍّ بين الخاملين فكرياً وجسدياً بحجة انهماكهم الكبير في الروحيات. هؤلاء المتألمون يهملون الواجبات الكبيرة والصغيرة للحياة المادية تحت شعار خدمة الله، وبذلك يفسحون المجال للشيطان كي يستحوذ عليهم ويوقع بهم أضراراً جسيمة. إنهم يعانون من التشاؤم وعدم التقدير لأي شيء نافع وجميل من حولهم. هذا مرض مُعدٍ، وعلى كل الطامحين الروحيين أن يتحرزوا له ويتحرروا منه بالمحافظة دوماً على دماء نشاطهم ساخنة وجيدة المناعة بالتفكير الإيجابي والنظرة المتفائلة والعمل الصحي المثمر.

عسر الهضم الروحي

هذا يحصل جراء (اللهط) العشوائي أي الإزدراد السريع لكميات كبيرة من الأدوية العقلية الجاهزة المسجلة تحت أسماء

برّاقة، والمعروضة على شكل كتب روحية مزيفة ودروس "لأطباء روحيين" متمرسين في فن الدجل والشعوذة.

هذا المرض لا يقتل وحسب الجوع الروحي لمعرفة الحقيقة بل يقضي أيضاً على ملـَكة التمييز بين الصالح والطالح والنافع والضار.

إن الذي يلتهم أفكاراً ثيولوجية لاهوتية باستمرار ويلقم كل ما يقع تحت يديه لن يفرط في الأكل وحسب بل سيستهلك أيضاً أفكاراً مسمومة مع الأفكار النافعة مما يجلب لنفسه عسر الهضم الفكري وبالتالي الموت الروحي البطيء.

إن الإكثار من الدراسة الطويلة والمتواصلة لشتى الأفكار الروحية والفلسفية، دون تمييز أو دون مجهود لهضمها وتمحيصها بالتجربة الشخصية بغية التأكد من صحتها، يولـّد أخيراً في النفس الشكَّ واللامبالاة وعدم الثقة بكل المبادئ والقوانين الروحية.

الهوى والهوس

المصابون بهذا المرض يحيون حياة ضائعة فاقدة المعنى بسبب امتلاكهم للكثير من المال والوقت ولفقدانهم الهدف والفهم الصحيح للحياة.

هؤلاء منقادون لأهوائهم.. يفعلون كل ما يخطر في بالهم ويحلو لهم. يملأون الحياة بروايات رخيصة تافهة وأفلام مثيرة وتسليات سطحية عديمة الجدوى. هم لا يعرفون أنهم مصابون بهذا المرض الخطير إلى أن يتعرضوا لهزة عنيفة أو لانهيار عصبي، أي بعد أن يكون قد وقع الفأس في الرأس.

الزكام العقلي

هذا المرضى له إسم آخر هو القنوط. لا يدري الشخص متى سيصيبه ويعاني من أعراضه المزعجة مثل اليأس وعدم التسامح وضيق الصدر ونفاد الصبر. والأسوأ من هذا وذاك فإنه يطول أمده وغالباً ما يصاب به ضحاياه ثانية وبسهولة حتى ولو ظنوا أنهم قد تماثلوا للشفاء العاجل.

النزلة النفسية

هذا المرض يحدث بفعل إيواء الهموم الدنيوية المزمنة. المعانون منه عادة ما يغفلون استعمال سلاح إرادتهم وهكذا

يخضعون بسلبية وخنوع لمخاوفهم الدائمة بدلا من مواجهتها بجرأة والقضاء عليها في مهدها.

التعلق السيكولوجي الشاذ

ضحايا هذا المرض يصبحون وحيدي الجانب في نشدانهم للسعادة. وإذ يظنون أن السعادة تكمن في تكديس المال أو تحقيق الشهرة أو امتلاك الصحة أو القوة فإنهم يضحّون كل شيء من صحة وسمعة طيبة وسلام فكري وشرف وكرامة على مذبح طموحهم المتأجج. وبعد فوات الأوان يدركون أن الحياة المتزنة المتمثلة في مراعاة قوانين الطبيعة ونواميس الله، والتوفيق ما بين النشاط والهدوء.. هي وحدها قادرة على جلب السعادة وتحقيق غاية الحياة الشريفة.

المصابون بمرض التعلق السيكولوجي الشاذ تستحوذ على أذهانهم أفكار التوق الجامح فتصبح نظرتهم للحياة منحرفة ومشوهة. مثال على ذلك حقق أحد رجال الأعمال نجاحاً كبيراً وجمع أموالاً طائلة لكنه قبل أن يتمكن من التنعم بماله انهارت أعصابه بسبب الهموم والمخاوف الكبيرة ومات مكسور الخاطر.

آخرون يعتبرون أن كل شيء مباح من أجل تحقيق الغاية. وبسبب هذا التخبط يخطئون هدفهم الفعلي فيعجزون عن تحصيل أدنى قدر من الرضاء حتى ولو امتلكوا تلك الأشياء التي طال تشوقهم إليها، لأن طبيعة الإنسان واسعة متشعبة وتتطلب تنمية متوازنة وعلى كل صعيد.

التشبث الروحي الأعمى

هذا التعصب الشاذ لمعتقدات معينة ينجم عن التمسك بآراء وأفكار محددة دون وضعها على المحك أو على بساط البحث مما يخلق في نفوس المصابين بهذا المرض الغضبَ والعداء لكل فكرة روحية سليمة أو فكر منفتح ومتحرر. وهذا التقوقع يفضي إلى التمرد على نواميس الله المتمثلة في الفعالية العقلية والرفاهية المادية والصحة النفسية والبدنية ومحبة واحترام الناس على اختلاف مشاربهم.

تلقين المبادئ الروحية

كون الأمراض البدنية محسوسة ومؤلمة وكريهة فإنها تستحث بنا المقاومة الفعلية، فنحاول التخلص منها بشتى الطرق العلاجية من تمارين وتغذية صحية وأدوية وعقاقير على اختلافها. لكن الأمراض النفسانية بالرغم من كونها سبب وعلة كل الآلام والمخاوف البشرية لا يتم توقـّيها أو علاجها بالسرعة الكافية، ويُسمح لها بأن تعبث في حياتنا وتعيث بها هدماً وتدميرا.

المربّون وأساتذة الصحة البدنية والواعظون والمصلحون والأطباء والمشرّعون سيتمكنون من دفع عجلة التقدم إلى الأمام عندما يتعلمون أولاً، بدءاً بأنفسهم، ومن ثم يلقـّنون الآخرين الطرق الصحيحة لتنمية الطبيعة الإنسانية تنمية متوازنة ومتوازية مع قوانين الحياة وأصول العيش الصحيح. تلك هي التربية الفعلية الفاعلة والثقافة البشرية الشاملة التي يحتاج إليها الناس في كل بقعة من العالم.

المؤسسات التربوية تعتبر أنه من المستحيل تلقين الأساسيات الروحية في المدارس العامة بسبب الخلط بين تلك الأصول وشتى المذاهب الدينية المختلفة. ولكن لو ركزت تلك المؤسسات على المبادئ العالمية للسلام والمحبة والخدمة والإيمان وسعة الأفق وقبول الآخر التي هي ثوابت روحية راسخة، ولو استنبطت أساليب عملية لغرس بذور تلك الأصول في التربة الخصبة لعقول الأطفال ونفوسهم لتم التوصل إلى حل معقول ومقبول لتلك الصعوبة المزعومة والموهومة. إنه لخطأ كبير أن يتم تجاهل هذه المسألة بسبب الصعوبات الظاهرة التي تقترن بها.

معظم خريجي الكليات يغادرون جامعاتهم برؤوس مثقلة ومنتفخة بمحتويات الكتب بحيث يتعذر عليهم المشي باستقامة على دروب الحياة لأن أرجل إرادتهم وضبط نفسهم قد أصابها الشلل تقريباً بفعل الإهمال وعدم الإستعمال. ولذلك تراهم يتهورون ويتدهورون باندفاعهم الحثيث إلى هاوية الزواج غير المتكافئ وسوء استخدام القوى الجنسية والتلهف على الدينار والدولار والفشل في مجال عملهم لأنهم لم يتعلموا الطريقة الصحيحة لاستعمال سكـّين ذكائهم الحاد المشحوذ أكاديمياً، ونتيجة لذلك يجرحون أيديهم ويلحقون الأذى بأنفسهم.

والغريب أن العديد من الشباب يطيب لهم فعل تلك الأشياء التي تعود عليهم بالضرر والألم في النهاية. هناك من يلجأون للسرقة ولممارسات خاطئة أخرى بل ولأعمال إجرامية دون وازع أو رادع. والذين لا يعملون على الحيلولة دون تفشي الرذيلة في المجتمع يشجعون التصرفات المغلوطة التي يقوم بها البعض. يجب أن يكون كل صاحب ضمير حي وإيمان صادق قدوة حسنة للآخرين من حيث الاستقامة والصدق والكرامة واحترام النفس. المدارس والكليات والجامعات والمؤسسات الإجتماعية لا تقدّم ما يكفي من طرق علمية للحد من الجريمة بالتخلص من مسبباتها الموجودة أصلاً في الدماغ.

كما يجب إنشاء مدارس خاصة لتلقين فن الحياة السعيدة الناجحة وتنمية إمكانات المرء وتعزيز قدراته الذاتية.

مثل تلك المدارس ستكون بمثابة الحدائق والرياض حيث تنمو نفوس الصغار في أرجائها وتترعرع. والبستانيون (المربّون) يجب انتقاؤهم بعناية والتأكد من حصولهم على تعاون الأهل والمجتمع. هذه المدارس ستساعد على صياغة النفوس بكيفية أفضل. ويجب الأخذ في الإعتبار أن التغذية الروحية للنبتة البشرية في مراحلها الأولى تحدد عافيتها وقدرتها على النمو فيما بعد.

إن أساليب التدريب العقلي والجسدي المتبعة في المدارس العصرية هي ولا شك مفيدة، ولكنها تفتقر إلى ركيزة روحية. وبدون تنمية الأخلاق الفاضلة سيكون النمو ناقصاً.

يجب تلقين علوم التنمية الجسدية والعقلية والروحية للأحداث الذين ما زالت عقولهم غضة مرنة وقواهم غير سالكة بعد في قنوات معينة.

بعد تدريب شامل ينبغي لطلاب تلك المدارس إجراء فحوص تأملية دائمة، وأما الشهادات المكتسبة فستكون عبارة عن صحة جيدة وسمعة حسنة وفعالية وثراء مادي وروحي وسعادة ونجاح وثقة بالنفس.

أما نتائج الإمتحان النهائي في ختام هذه الرحلة الأرضية فسيتم تحديدها بحسب المجموع العام للإنجازات والشهادات

العقلية والروحية التي تم إحرازها إبّان الإمتحانات الفرعية طوال فترة العمر.

والمتفوقون في هذا الإمتحان الأكبر الأخير سيحصلون على شهادة مقدسة للإكتفاء الذاتي ..وعلى ضمير حر، نقي ومبتهج..

وعلى بركات منقوشة للأبد على صحيفة النفس.

وهذه الجائزة النادرة لن يعبث بها العث..

ولن تمتد إليها يد اللصوص

أو تمسحها ممحاة الزمن..

وستكون بمثابة جواز سفر

لعضوية الشرف في جماعة الحق.

أين تكمن السعادة؟

إن الله برحمته المطلقة يمنحنا فرحه وإلهامه..

ويمنحنا الحياة الحقيقية..

والحكمة الحقيقية..

والسعادة الحقيقية..

والفهم الحقيقي من خلال كل اختبارات حياتنا المتنوعة.

لكن مجد الله لا يظهر إلا في السكينة الروحية التي تحسها النفس وفي محاولة الفكر الجادة للتناغم معه. هناك نقف وجهاً لوجه مع الحقيقة. في الخارج الأوهام قوية للغاية، وقلائل جداً هم الذين يستطيعون التخلص من تأثير البيئة الخارجية. العالم يستمر بتعقيداته اللامتناهية وتجاربه التي لا تعد ولا تحصى. إن صوت الله يكمن خلف مظاهر الحياة، ينادينا دوماً ويتحدث إلينا من الزهور والكتب المقدسة ومن ضمائرنا، ومن خلال كل الأشياء الجميلة التي تجعل الحياة جديرة بالعيش.

كلما أكثرنا من التركيز على الأشياء الخارجية كلما قلت إمكانية إحساسنا بالمجد الباطني، وكلما توجهنا إلى الداخل كلما قلـّت مصاعبنا الخارجية. إنها معادلة ثابتة لا تتغير. لكن معظم الناس لا يدركون هذه الحقيقة بفعل تأثير الصحبة الدنيوية والمجتمع الذي يعيشون فيه والعادات غير السليمة. المجتمع

يُبقي الشخص غارقاً ومنهمكاً في أمور سطحية دون السماح له بالتفكير في حقائق أكثر عمقاً.

وحتى الأماكن الروحية يزورها البعض دون رغبة حقيقية في الإستفادة من جوها المبارك، فلا يستفيدون شيئاً يُذكر من تلك الزيارات.

من يرغب في معاينة الله يبصره في كل مكان. عادات الإنسان السلبية سالبة ناهبة، مفترسة ضارية، تهدم وتتلف وتمحق وتبيد. لقد آن الأوان كي يتعلم الإنسان كيف يكون سعيداً، قنوعاً بما لديه. ويجب ألا يرغب في أي شيء أكثر مما يأتي إليه. الله كريم، يعرف ما يلزمنا ويزودنا به في حينه. هذا لا يعني أن نتوكل على الله دون بذل المجهود. إطلاقاً. المقصود هو أن نقوم بدورنا خير قيام ونترك الباقي على الله الذي لن يحرمنا أبداً مما نحتاجه ونستحقه.

إن أفضل طريقة لأن نكون سعداء بغير انتهاء هي الشعور بالحضور الإلهي. رغبتنا السامية يجب أن تكون معرفة الله والتصميم لكي نكون معه. يجب أن يكون لله المقام الأول والأرفع في أفكارنا وأحاسيسنا وأن نعتبره الركن الأقوى والأكثر رسوخاً في حياتنا.

(فاشدُدْ يديكَ بحبل اللهِ معتصماً

فإنه الرُّكنُ إن خانتكَ أركانُ)

لقد أدركتُ أن غاية الحياة الوحيدة هي معرفة الله. هناك أناس قد لا يكونوا مقتنعين بأن العثور على الله هي غاية الحياة. ولكن ما من أحد ينكر أن هدف الحياة هو العثور على السعادة. وأقولها بكل ثقة ويقين أن الله هو منتهى السعادة. هو النعيم العظيم. هو الحب الكوني المطلق. هو الفرح الأبدي الذي لا يفارق نفوس المتناغمين معه. فلماذا إذاً لا نحاول الحصول على تلك السعادة الكلية؟ لا يستطيع شخص آخر أن يمنحها لنا. يجب أن ننميها ونغذيها في نفوسنا على الدوام. قوى الطبيعة تحاول جاهدة وباستمرار منح الناس ملذات العالم، لكن مثل تلك المتع العابرة نهايتها الحسرة والمرارة والندامة. وحتى أوفر الناس حظاً، ممن يبدو حاصلاً على كل شيء، قد لا يكون مع ذلك

سعيداً. ولن يرضى بالأرضيات طويلا لأنها لا تروي عطشه الحقيقي ولا تشبع جوعه الروحي.

الأشياء المادية تمنح سلاماً مزيفاً ورضاء كاذباً ليس أكثر. العالم بجملته غارق في مغاصات التشويش والتخبط بفعل الرغبات الأنانية الجشعة التي تخلق الحروب. لا شيء آخر يخلق الحروب.

البَطل الفعلي في معركة الحياة هو الذي يقهر نفسه ويتغلب على أهوائه. المال والشهرة والرغبات وكل ما يناقض هذا المبدأ هو ضار بسلامنا وسعادتنا. لو أن الناس يتعلمون كيف يفكرون دائماً بقيم الحياة الحقيقية لوجدوا السعادة التي ينشدونها، لكنهم ينحرفون عن قصدهم وينجرفون مع تيار الرغبات الأرضية. لقد وجدت أنه ما من إغراء يمكن أن يبعدني عن الدرب الذي اخترته وانتهجته لنفسي.

أستطيع أن أسحر الألوف بالقوة التي وهبها الله لي، لكن ذلك المسلك سيكون ضاراً بي. وعلى أية حال لا أرغب في سحر الألوف واستلاب عقولهم. أحب فقط أن أرى المريدين الصادقين الراسخين في الله. محبو الله سيتذوقون هذه الأفكار والذين يتواصل حماسهم سيشعرون ببركات الله وحضوره من خلال هذه التعاليم.

مستحيل أن يستطيع الإنسان مخادعة الله لأنه موجود خلف أفكاره مباشرة، ويعرف ما يدور في خلده وما يشتهيه. ومتى زهد بالعالم ورغب في التناغم الروحي سيأتي الله إليه. متى تأصلت تلك الرغبة في قلب الراغب يأتي الله إلى ذلك القلب ويملأه خيراً وبركة. الشيء الوحيد الذي يستحق أن يحيا الإنسان من أجله هو التوافق مع الله والحصول على رضاه. ذلك التوافق يجب أن يكون عهداً أبدياً وميثاقاً لا يُنقض (الذين يوفون بعهد الله ولا ينقضون الميثاق.)

كل واحد يرغب في الحصول على أكثر مما لدى الشخص الآخر من مال. وعندما يحصل عليه يبقى غير قانع لأنه يكتشف أن شخصاً أخر أغنى منه. الناس يعيشون في مستنقع من الشقاء من صنع أيديهم وخلق مشتهياتهم. يجب أن نرضى بما

لدينا. الأشياء المادية لا تمنح السعادة بل كثيراً ما تضاعف هواجس الإنسان وتزيده قلقاً وتحسباً.

الطريق إلى الله هو أبسط وأسهل الطرق، ومع ذلك فقلائل هم الذين يسيرون عليه بالرغم من الطقوس والشكليات الدينية العديدة. من الأفضل أن نتوجه بقلوبنا إلى الله ونطلب منه ما هو أفضل لنا وأبقى. في الحقيقة أن الله بانتظارنا لأنه يريد أن يبعدنا عن بؤر الشر ومطبّات الخطر. يريدنا معه في قلوبنا وأفكارنا لأن بضاعة الدنيا الرخيصة لا تشبع حنين الإنسان ولا تسد الفراغ الروحي الذي يحسه في أعماقه. إن الله يتحدث إلينا على الدوام ولكن قلائل هم الذين يسمعون صوته. ذلك الصوت الهادئ غالباً ما يطغى عليه زعيق الأفكار الصاخبة والمشتهيات الصارخة. لكن عندما تهدأ الأفكار وتهجع الرغبات نسمع صوت الله بكل جلاء بالرغم من كونه صامتاً خافتاً. حقاً أن الله يفعل كل شيء لمساعدة الإنسان، يفتح أمامه الأبواب ويضيء دروبه ليتبين مواقع خطواته فلا يعثر ولا تزل قدمه ولكن أكثر الناس لا يدركون هذه الحقيقة.

لا أريد أن يظن الناس أن بمقدورهم بلوغ المعرفة بمجرد الإصغاء إلى الآخرين أو مطالعة الكتب. يجب أن يطبّقوا ما يقرؤونه ويسمعونه. الذهاب إلى أماكن العبادة أفضل من البقاء في البيت والإستماع إلى الثرثرة العقيمة. لكن حتى في أماكن العبادة يجب أن يشعر الإنسان بحضور الله في قلبه، ويجب أن يعرف الطريقة التي بواسطتها يمكنه ملامسة حضوره. الثورات العاطفة والتحليلات العقلانية لا يمكن أن تمنحنا المعرفة التي تحن نفوسنا لاكتسابها.

عندما نسلم أنفسنا لله ونودّع الرغبات الأنانية.. وعندما نتيقن أن الله معنا على الدوام، يسكن أرواحنا ويلهمنا الأفكار والمشاعر الطيبة النبيلة سنمتلك السعادة والحرية وسنعاين شروق شمس الحكمة في أفق الروح.

تصوروا! بعد عشرات السنين من الآن سيصبح وجودنا هذا حلماً، وكل ما نفعله الآن سيصبح جزءاً من ذلك الحلم. وحتى عظماء الإنسانية أصبحوا خيالاً في وعي البشرية. لكن أولئك العظماء نالوا الأرب لأنهم بلغوا الغاية القصوى وما زالوا أحياء

بالروح وهم على دراية حية وواعية بكل ما يحدث لأنهم متوحدون في الوعي الإلهي. وكل من يحاول التناغم معهم من خلال أفكارهم وتعاليمهم سيحس حتماً بحضورهم ويستجلب بركاتهم وسيعلم في قرارة نفسه أنه على تواصل فعلي معهم.

الحياة حلم كبير. ومع ذلك فعندما تنظر إلى جسمك الآن وتجده نابضاً بالحياة تتولد لديك قناعة تامة بحقيقة هذا الحلم. تظن أنه ينبغي لك الحصول على هذا الشيء أو ذاك حتى تصبح سعيدا. لكن مهما تحققت رغباتك لن تعثر على السعادة من خلالها. كلما زادت مكتسبات المرء زادت رغبته في الحصول على المزيد. يجب غربلة المشتهيات وتبسيط الحياة إن أراد الإنسان أن يحيا براحة وطمأنينة ورضاء باطني.

تقول الأسفار المقدسة أن الذي تنساب رغباته دوماً نحو الداخل (باتجاه روحه) هو إنسان على درجة عالية من الرضاء النفسي. وهو في ذلك يشبه البحر الذي لا يتغير ولا ينقص، بل يبقى زاخراً بالمياه التي تنساب إليه دون انقطاع. أما الذي يُحدث ثقوباً من الرغبات في صهريج سلامه ويسمح للمياه الحيوية بالتسرب والهدر لا يعرف شيئاً عن السلام الروحي والسعادة الباطنية.

إننا بحاجة إلى التوجيه من العارفين بالله الذين لهم القدرة على التواصل معه والإحساس الواعي بحضوره. لقد طلب منا الأنبياء كي نطلب الله في السكينة الباطنية، في خلوات النفس حيث الروح الأمين والفرح الروحي الفائق. معلمو الهند المستنيرون يؤيدون أيضاً هذه الأفكار ويؤكدون على أهمية التأمل العميق لإدراك الذات العلية في أعماق النفس.

كل ما في الوجود هو اهتزاز موجيّ موجّهٌ بعقل الله. وذلك الإهتزاز الموهوب بالذكاء هو الروح القدس أو الروح الأمين الذي يمكن التواصل معه عن طريق الدعاء والتأمل.

في سكون روحك وفي خميلة تركيزك العقلي لا نهاية لحكاية الغرام مع المطلق اللانهائي. لكن من الصعب الحصول على الله إن سعينا وراء المال أولا. يجب أن نجعل الله جزءاً لا يتجزأ من حياتنا وعندها سنحصل على كل ما نحتاجه في هذه الحياة. من يجعل لله مكاناً دائماً في قلبه يجعل الله نصيبه وافراً

من خيرات الأرض والسماء ويفتح أمامه آفاقاً واسعة تسطع فيها شموس الحكمة فتنير دروبه وتبدد الظلام من حوله. الله هو المحب الأبدي ولا سعادة للإنسان إلا عندما يحب الله كمحبته – على الأقل - لأعز الناس لديه، لأن لولا الله لما عرفنا ماهية الحب ولا تذوقنا طعمه.

يجب أن نتعلم استخدام الإرادة وتركيز العقل من أجل البحث عن الله بمجامع الفؤاد. أفعال الإنسان تفرضها رغباته. وتلك العادات تضطره دوماً لفعل ما لا يريد أن يفعله. حقاً إن الإنسان عدو نفسه ولا يعرف ذلك. هو لا يعرف كيف يجلس بهدوء، ولا يخصص وقتاً لله، ومع ذلك يريد أن يحصل على السعادة ويضمن وصوله إلى الجنة دون إبطاء. لا يمكن الحصول على الإختبار المقدس بقراءة الكتب فقط، أو الإصغاء للمواعظ أو القيام بالأعمال الخيرية وحسب. هذه كلها نافعة ولا شك لكنها غير كافية. الوصول إلى الله يلزمه تركيز دقيق وتأمل عميق.

يجب أن ننشد رضاء الله أولا. لا يمكننا إرضاء الجميع لأن ذلك أمر مستحيل. إنني أحاول أن لا أزعج أحداً. أعمل ما بوسعي وهذا كل ما أستطيع أن أفعله. غايتي الوحيدة هي مرضاة الله. أستعملُ يديَّ لأبتهل بخشوع أمامه، وقدميَّ لأبحث عنه في كل مكان، وعقلي لأفكر به وأتأمل روائعه. يجب أن يحتل الله المقام الأول في قلوبنا حتى نتمكن من الإحساس به سلاماً ومحبة وفهماً ولطفاً وتعاطفاً وحكمة. هذا لا سواه ما أتيت لأشهد به وأحدثكم عنه.

إضافة إلى التأمل ينبغي الإحتفاظ بالصحبة الطيبة. يجب أن لا نركض وراء الناس بل وراء الله. وإن كنت تجد فائدة من هذه الأفكار فاعتبرها بركة من الله لأن الفضل كل الفضل يعود إليه، وتحدث عنها للآخرين لعلهم يجدون فيها ما تجده. (وأما بنعمة ربك فحدّث.) ولا تنسَ أن تساعد أحداً كل يوم على قدر طاقتك. ما دام في جيبي مال لا أكف عن العطاء، لأن بنكي الذي لا ينفد ولا ينضب معينه هو الله.

أخيراً يجب أن نعرف الله مثلما عرفه العظماء. ذلك مستطاع عن طريق التأمل والمجهود الشخصي.

ذات مرة كنت أتمشى خارج الصومعة مفكراً بمعلمي العظيم سري يوكتسوار الذي كان قد فارق الحياة قبل ذلك ببضع سنين. شعرت بشوق غامر له وحزنت لأنه لم يكن معي ليستمتع بجمال الصومعة وجوّها، وفجأة تراءى لي من السماء وقال: "أتظن أنك الوحيد المستمتع بهذا المكان الجميل؟ فأنا أيضاً أستمتع به مثلك!"

يجب أن يجتهد المريد الراغب للتوحد مع الله عن طريق الممارسة اليومية للتأمل ومحبته ومحبة الجميع بتلك المحبة. تلك هي الطريقة الوحيدة لتلافي الحروب. التعاون الروحي مطلوب. بدون الروحانية الحقة لا توجد سعادة فردية أو عالمية. التناغم المقدس هو الحل الوحيد لكل المشكلات الجسدية والمالية والزوجية والخلقية والروحية.

السعادة تأتي من الإحساس بقرب الله. لقد سجن الإنسان نفسه خلف قضبان الجهل وآن له أن يتحرر من هذا السجن المهين. يجب أن يبقى الفكر دائم التوجّه إلى الله مهما كانت الظروف، وعندها ستشعر بسلام وفرح عظيمين.

إن الذين يتشوقون لله ويكرّسون كيانهم له، ويشجعون وينوّرون بعضهم بعضا، ويلهجون بذكر الله دوماً هم السعداء في هذه الدنيا وهم الفائزون بنعيم الآخرة.

والسلام عليكم.

الستارة سترتفع وتنقشع

كل واحد منا هو صورة الله. لقد انبثقنا عن روحه الإلهي وجوهره يكمن بنا بكامل نقائه ومجده ونعيمه الفائق. ذلك الميراث المقدس حصن لا يُقحم. إن إدانة الإنسان نفسَه بأنه خاطئ متطوح في دروب الخطيئة هو من أعظم الآثام على الإطلاق. لإنه بذلك يحكم على نفسه بالعجز والإحباط وعدم القدرة على النهوض والإرتقاء. صحيح قد يأتي الإنسان بأعمالٍ مخالفة للقوانين الطبيعية والإلهية، لكن عليه تغيير المسار على

الفور والتوجه إلى الطريق الصحيح. الإنسان في طبيعته النقية هو هيكل مقدس والروح الإلهي يسكن به.

يجب أن نتذكر على الدوام أن الله يحبنا محبة خالصة غير مشروطة. لكن بما أنه وهبنا مطلق الخيار للتقرب منه أو الإبتعاد عنه فإنه في انتظار إعرابنا له عن رغبتنا في حبه قبل أن يأتي إلينا.

ذات مرة سمعت صوته يهمس أثناء التأمل: "تقول أنني غير موجود معك، لكنك لم تنظر إلى الداخل. إنني لا أفارقك لحظة واحدة. أدخلْ إلى هيكل الروح وستراني. فإنني هنا على الدوام، لأستقبلك وأحييك تحية الحب الإلهي."

الإخلاص العميق ضروري على الطريق الروحي. في النقاء والصدق يبزغ فجر الروح.

إن حكمتنا البشرية هي لا شيء أمام الله. والطريقة الوحيدة التي يمكننا التقرب منه هي أن نمنحه نفس المحبة الخالصة التي يختصنا بها.

كل واحد سيعثر على الخلاص في نهاية المطاف، لكن المتلكئين على الطريق يسقطون في هوة اللامبالاة. عدم الإكتراث يصد الإنسان عن إدراك مدى أهمية العثور على الله الآن وفي هذه اللحظة. إن كوكبنا الأرضي الكبير السابح في الفضاء، وهويتنا البشرية، لم يُمنحا لنا لتمضية سنوات معدودات هنا ثم لنمضي بعدها إلى اللاشيء.. بل لعلنا نفكر ملياً ونتعمق في فهم سر الوجود. إن العيش دون فهمٍ لغاية الحياة هو حماقة وغباء وإضاعة للوقت. ألغاز الحياة تحيط بنا من كل جانب، وقد وهبنا الله الذكاء لنجد الحلول لها.

في بحثي عن الحب الدائم أدركتُ أن الله هو الذي أحبني في كل أنواع الحب البشري. لقد أحبني كأم وأب وأصدقاء.

لقد بحثت عن ذلك الصديق الخالد وراء كل الأصدقاء،

وعن ذلك المحب العظيم الذي أراه الآن وامضاً في كل الوجوه الطيبة المحبة. ذلك الصديق الإلهي لم يخيّب أملي ولم يخذلني مرة واحدة.

الله يكمن خلف كل ما في الوجود. يجب أن نكرم أبوينا ونحْسِن إليهما، ولكن ينبغي أن نحب الله من كل قلوبنا وأرواحنا. ويجب أن ندرك أهمية التواصل الحيوي معه، دون إضاعة الوقت بعد الآن.

عندما ننام لا نعرف ما إذا كنا سنستيقظ أم لا. إننا نغادر هذه الأرض الواحد تلو الآخر. ولكن هذه الفكرة يجب أن لا تبعث على القلق. عندما نموت يُطلب منا الولادة ثانية على الأرض، مبتدئين حياة جديدة من حيث ما انتهينا في هذه الحياة.

إنني أرى الحياة مثل تشكُّل الأمواج وانحلالها أو ملاشاتها على صفحة المحيط. الموجة البشرية تبزغ من سطح المحيط الإلهي عند ولادتها، وعند الموت تهجع في قلب الله. لقد أدركتُ هذه الحقيقة وأعلمُ أنني لا أموت قط بالرغم من موت الجسد. لأنه سواء كنت هاجعاً في أوقيانوس الروح الإلهي أو مستيقظاً في الجسد المادي فإنني واحد مع المحيط الكوني. تلك السعادة العظمى لا يمكن العثور عليها في العالم. وفي نفس الوقت لا حاجة لنا للهروب إلى الغابة بحثاً عن الغاية. نستطيع أن نعثر على الله في أدغال الحياة اليومية هذه.. في أعماق كهف السكون.

قد يقترف الإنسان أخطاءً عديدة لكنه مصاغٌ على صورة الروح الإلهي. لقد خلق الله هذا الفيلم الوهمي للأرض ومباهجها لغاية واحدة فقط: عل الإنسان يدرك أنها مجرد مسرحية كونية فيهجر الأوهام ويحب الله وحده. تلك هي الحقيقة ولا يمكن أن تكون خلاف ذلك. لماذا خلقنا الله لنحب أفراد أسرتنا ولنراهم فيما بعد يفارقوننا الواحد تلو الآخر؟ هذه الأحداث تحصل لتجعلنا ندرك أن الله هو الذي يحبنا من وراء كل محبينا.

الحياة صورٌ متحركة لكن من الصعب فهم هذه الحقيقة لأن الأوهام تبدو حقيقية والحقائق تبدو أوهاماً. العالم يتلاشى من وعينا كل ليلة أثناء النوم علنا نفهم أن الكون المادي غير حقيقي.

درْسُ النوم هذا يأتي لا ليفزعنا بل ليجعلنا ننشد حقيقة الله. لا يمكن لأي شيء أن يرضي النفس سوى الله وحبِّه. روح الله هي الحقيقة التي لا نظير لها. لا وجود لما هو غير حقيقي،

والحقيقي لا يمكن أن يكون غير موجود. الحكماء يدركون هذه الحقيقة الساطعة.

لقد انصرمتْ أعوامٌ عديدة من أعمارنا ولم يبقَ منها سوى سنين وأسابيع وأيام وساعات. فلِمَ إضاعة الوقت دون فائدة؟ يجب أن نرغب في التواصل مع الله ليل نهار وأن نكون مخلصين كل الإخلاص في رغبتنا هذه قبل أن تنقضي فسحة العمر الممنوحة لنا ونغادر هذه الأرض دون إنجاز يذكر.

في هذه اللحظة بالذات أبصر نور الله العظيم يغمر كل الموجودات. يا له من فرح غامر! يا له من نور عجيب!

إلهي أشكركَ وأسجدُ لك على هذه البركات الغزيرة للإحساس بحضورك.

بارك الجميع بنفس الكيفية علنا ندرك أنك الحقيقة العظمى في الكون وأنك غايتنا التي لا غاية بعدها.

يجب أن نحبه ونتحدث إليه كل ثانية من حياتنا.. في العمل والراحة.. في الحركة والسكون.. بابتهال عميق وشوق ملتهب. وسنرى ستارة الوهم ترتفع وتنقشع. إن الله معنا في كل لحظة من لحظات عمرنا. والذي يتأمل ويتناغم معه يبصره في جمال الزهور وشهامة النفوس الطيبة والعواطف السامية النبيلة والأحلام الجميلة. أخيراً سيبزغ من وراء الحجب الكثيفة ليقول لكل مريد صادق:

"لقد افترقنا لأمدٍ بعيد لأنني رغبت في أن تمنحني محبتك عن طيب خاطر. لقد خلقتك على صورتي، وانتظرتُ حتى تستخدم حريتك وتمنحني محبتك من تلقاء ذاتك."

يجب أن نسأل الله كي يمنحنا الهبة الخالدة الباقية لحبه الإلهي. ولكن ما من أحد يمكنه العثور على الله الودود دون بذل المجهود؟ إن بذلتَ 25 بالمائة من المجهود فالباقي يكون على الله والمرشد الروحي. لا أطلب شيئاً لنفسي لأن الفضل كل الفضل هو لله منبع كل الخيرات والمكرمات. فلتواكبكم نعمته وليلازمكم وعيه ولتدركوا فيض حضوره بكم ومن حولكم.

إن الله لا يستجيب لنا على الفور لأننا مترددون في إظهار مدى رغبتنا له. يجب أن لا نخشى الاقتراب منه، بل ينبغي اعتباره خاصتنا، حبيبنا، وأن نبحث عنه دون انقطاع بأفكارنا

وأفعالنا وقلوبنا وعقولنا وسنجده أعظم موئل للأمن والأمان في هذا الوجود.

يا رب.. إنني أقدم لك هذه الباقة من النفوس الطيبة علّها تزيّن هيكل حضورك. واكب أصحاب هذه النفوس الذين هم عيالك وأحبتك. إننا نترنم بإسمك المبارك. بدد ديجور الجهل بنورك القدسي. اطرد الظلمة من عقولنا بضياء وجودك المشع المتسع. نحن خاصتك مهما كانت أوضاعنا وأحوالنا. اظهر ذاتك لنا يا ذا الجلال والإكرام. بارك كل واحد منا. تقبّل نفحات أفكارنا المشتاقة ونبضات قلوبنا المحبة التوّاقة. لكَ نرفع كل الحب والتكريم والشوق لأنك حبيبنا وكل ما نملك في هذا الكون.

باركنا بنعمتك. اهدم أسوار الرغبات التي تحول دون تواصلنا معك. ولتكن الملك الإلهي المتربع على عرش كل طموحاتنا. ولينتشر نور مجدك على العالم الفسيح. باركنا جميعاً. أفعمنا بضوع حضورك. ولندرك أكثر فأكثر بأنك كنت لنا على الدوام، وأنت لنا الآن وستكون لنا ومعنا إلى الأبد.

نحمدك على النعمة والمحبة اللتين أغدقتهما على محبيك المتأملين قربك والمنتظرين بشوقٍ حضورك. آملين أن تكبر دائرة مريديك لنحتفل بحضورك المبارك ونسعد بالقرب منك.

باركنا كي نفتح قلوبنا لبعضنا ونصفّي نوايانا علنا نستحق حمايتك ورعايتك. اظهر ذاتك باطناً وظاهراً. وحّدنا جميعاً وعلى ضوء ذلك التوحّد فلندرك وجودك الأوحد.

وبإخلاص قلوبنا المتحدة وشوق نفوسنا المنسجمة نسجد أمامك طالبين العون والهداية والإدراك الدائم لحضورك في أرواحنا.

لتضطرم نار المحبة الخالدة في قلوبنا ولنشعر بقربك منا الآن وإلى الأبد.. يا ربنا.. يا حبيبنا!

الرغبة العظمى والكبسولات العقلية

عظيم هو مجد الله. هو جوهر الحقيقة ويمكن العثور عليه في هذه الحياة. في قلوب الناس صلوات وأدعية كثيرة: من أجل المال والشهرة والصحة.. صلوات من كل نوع وصنف. لكن الدعاء الذي يجب أن يكون الأول والأهم في كل قلب هو من

أجل الشعور بالحضور الإلهي. وإذ نسير على دروب الحياة بصمت ويقين يجب أن ندرك بأن الله هو غاية الغايات التي يمكن أن ترضينا وتحقق أمانينا، لأن في الله تكمن الإستجابة لكل أماني القلب.

عندما يتعذر عليك تحقيق رغبة ما بمجهودك الفردي فإنك تتوجه لله بالدعاء. وهكذا فإن كل ابتهال تتلفظ به ينمّ عن رغبة كامنة في النفس. ولكن عندما تجد الله تتلاشى كل الرغبات وتتحقق كل الأمنيات.

تبزغ الرغبات الدنيوية بسبب بعض الآراء المغلوطة عن غاية الحياة. هذه الأرض ليست مقرنا. لقد أخبرتنا الكتب المقدسة أننا لله، وأننا مخلوقون على صورته، وإن إرادته تقضي بعودتنا إلى أصلنا الإلهي. الذي لا يعرفه الإنسان هو أنه ما لم يعُد إلى مصدره الإلهي فسيتحتم عليه الكفاح من أجل تحقيق رغبات لا حصر لها. تصوروا! صحيح أنه ليس في وسع الإنسان إلا أن يمتلك رغبات، وليس من الخطأ امتلاكها. لكن معظم الأشواق البشرية تحول دون تحقيق الرغبة العظمى للرجوع إلى الله. وهكذا فإنها ضارة بسعادة الإنسان. وما لم يرغب الإنسان بالله ويعثر عليه سيواصل تحرقه لكل ما يظن أنه سيجعله سعيداً. لكن التحقيق الفوري لكل الرغبات يأتي تلقائياً للذي يعثر على الله.

هناك فئتان من الرغبات: التي تساعدنا في العثور على الله، والتي تصدنا عن العثور عليه. مثال على ذلك: إن أساء لك شخص تشعر بالرغبة في الإنتقام، لكنك إن قهرت تلك الرغبة باستخدام قوة المحبة الأكثر سمواً وقبولاً عند الله تكون قد استخدمت الأداة التي ستساعدك في العثور على الله. يجب تحقيق كل الرغبات بكيفية نبيلة، إذ عندما يتم تحقيقها بالطرق الدنيوية تتضاعف الرغبات ومعها المتاعب والمعاناة. إن تعلمنا كيف نقدم كل أشواقنا لله فإنه سيعمل على تحقيق رغباتنا الطيبة وإبادة رغباتنا الضارة المؤذية. ما من حماية أعظم من الضمير وما من وقاية من لطمات الحياة كامتلاك الرغبات النبيلة السامية.

عندما ندرك أن صورة الله الكلية الكمال هي في داخلنا تتحقق كل رغباتنا. ففي ذلك الوعي المقدس الذي لا تعدُله نفائس الأرض وذخائرها لن تهتز حتى ولو أُعطيت العالم بأسره. إذ لا المديح سيخلق بك الزهو ولا المذمة ستلحق بك الأذية لأنك ستتذوق فرح الله في ذاتك وذلك سيكون الإعتبار الأهم في حياتك.

يجب أن نطلب أولاً وقبل كل شيء هداية الله في محاولتنا تحقيق رغباتنا المشروعة، وتلك هي الطريقة المثلى للحصول على الاستجابات لكل صلواتنا. ولكن يجب حذف الإستجداء من الإبتهال. يجب تغيير الطريقة القديمة للدعاء وأن نتوجه إلى الله بثقة تامة وإيمان قاطع بأنه يسمع لنا ويحقق رجاءنا. لا يريدنا الله أن نتخلى عن إرادتنا – حتى عندما نبتهل إليه – لأن تلك الإرادة هي أثمن هدية حصلنا عليها من يده الكريمة وهي حق مقدس أراده لنا منذ خلقنا.

طبيعي يجب أن يميّز الشخص بين الصلوات والرغبات المعقولة وغير المعقولة. وتذكر أن الرغبة قوة، فإن تشبثت برغبة ما – سواء كانت جيدة أم رديئة، نافعة أم ضارة – وقلـّبتها في فكرك ليل نهار فإنها ستتحقق في النهاية. ومن هذا المفهوم ينبغي توخي الحيطة والحذر وتحاشي امتلاك رغبات ضارة لأنها ستتحقق وستجلب معها لصاحبها ضرراً بالغاً وشقاءً لا يحسد عليه.

مع مرور الزمن ستجد أنه بالرغم من تحقيق رغباتك لكن قلبك ما زال فارغاً، وستشعر بعصيان داخلي. افرض أن جهازك الهضمي ضعيف ومع ذلك ترغب في تناول الأطعمة المقلية. بالطبع ستتألم كلما أكلت المقالي نتيجة لذلك بالرغم من شعورك باللذة أثناء تحقيق تلك الرغبة. وهكذا تشعر أنك ارتكبتَ خطأً. الحكمة تقتضي استخدام التمييز لفرز الرغبات الرديئة عن الطيبة، ومتى تم لك ذلك ينبغي عدم تحقيق تلك الرغبات الخاطئة. الإنسان يمتلك قوى التمييز الباطني وينبغي أن يستخدمها دوماً وأن يسير ويسيّر حياته بوحي الضمير الذي هو صوت الله.

الرغبات التي لم تتحقق تبقى متربصة في القلب. وما هو الضرر من إيوائها في القلب؟ إليك الجواب:

إن كل رغبة تتكون من قوى محددة: إما صالحة أو شريرة، أو من كليهما. وعندما يتوفى الشخص – رحمه الله – لا تموت تلك القوى بالرغم من تحلل الجسد وفنائه. لكنها ترافق روحه حيثما ذهبت على هيئة كبسولات روحية مركـّزة. وعندما يولد الشخص ثانية في تجسد جديد تظهر هذه الكبسولات أو الأقراص النفسية على صورة نزعات سلوكية. وهكذا فالشخص الذي مات كحولياً يجلب معه الميل إلى الكحول عندما يولد، ويلازمه ذلك الميل إلى أن يتغلب على الرغبة في الخمر. وهذا ينطبق على أشياء أخرى أيضاً.

إن تصرّف حتى أصغر الأطفال يُظهر بعض الخاصيات المكتسبة من حيوات ماضية. بعض الأطفال يعانون من نوبات غضب حادة. آخرون طباعهم رديئة. طبعاً الله لم يخلقهم في الأصل على هذه الحال. رغبات الحيوات الماضية التي لم تتحقق صاغت هذه الميول السيكولوجية، وبسببها تظهر النفس غريبة بعض الشيء مع أنها مخلوقة على صورة الله النقية. إن كانت صورة الله مشوهة في داخل الشخص في هذه الحياة سواء بالغضب أو الخوف أو الشهوات ولم يتغلب على تلك الخاصيات الآن، فإنه سيولد من جديد معها (أو ستولد معه)، وسيحمل عبء تلك الميول المولـِّدة للشقاء إلى أن يتغلب عليها في تجسده هذا أو تجسداته المقبلة. إنما لا خلاص منها قبل التغلب عليها.

لذلك فمن الأفضل تحقيق كل الرغبات الآن أو قهرها.

الطريقة الأمثل للتخلص من تلك الرغبات مرة وإلى الأبد هي بملامسة الفرح الإلهي الفائق. وإلا فإن تلك الرغبات المكتومة والمشتهيات غير المحققة ستتعقب النفس وتقضّ مضجعها.

يجب أن يدرك الشخص بواسطة التمييز والحكمة أن الله وحده هو القادر على منح السعادة الخالصة والدائمة.

في معظم الأحيان تظل الرغبات مخبوءة في اللاشعور. قد تظن أنها تلاشت ولكن لا، وهذا سر من أسرار الحياة التي هي بدورها سر عظيم.

لكن السر يتبدد غموضه عندما نحلل الحياة ونتأمل معانيها. إن جلست كل يوم بهدوء لفترة قصيرة وحللت نفسك لوجدت أنك تمتلك رغبات عديدة لم يتم تحقيقها. تلك الرغبات تشبه الجراثيم الفتاكة التي يحملها الإنسان حيثما ذهب، سواء في هذه الحياة أو في العتيدة.

إن أفضل طريقة هي الإستغناء – بالتمييز الحكيم – عن الرغبات الضارة في هذه الحياة وتركيز الجهود على تحقيق رغباتك الطيبة. إن شعرت بالرغبة في الإنتحار أو بفعل أي شيء سيء، فيجب التخلص من تلك الرغبة الآن. أقنع ذاتك فكراً وفعلا أنك تمتلك شرارة الإلوهية في روحك وتذكر أنك مخلوق على صورة العلي القدير، ولذلك فإنك تمتلك المقدرة على الترفع عن طباعك وعاداتك الجسدية.

كن أقل تعلقاً بالكماليات وأكثر زهداً بالمشتهيات وستفوز في معركة الحياة. وإن كنت تتألم من ألم مستعص حاول قدر الإمكان فصل نفسك عن الوعي الجسدي. بالتمييز يمكنك التغلب على الحواس. التمييز الحكيم هو النار التي تحرق الرغبات الضارة والشهوات المؤذية وتحيلها إلى رماد.

من الممارسات الشائعة عند الناس هي تخزين الأشياء العتيقة البالية غير الضرورية في أحد أركان المنزل، وكذلك تعزيل وتنظيف المنزل بين الحين والآخر. وبالمثل في ركن عقلك اللاشعوري توجد رغبات عديدة ذات أضرار كامنة، وقد تسبب لك متاعبَ كبيرة ذات يوم إن لم تتعامل معها كما يجب.

تحليل الذات أمر بالغ الأهمية على الطريق الروحي. قد تكون مبغضاً أو نكد الطباع أو غضوباً. إن كان الأمر كذلك فإن هذه المزايا المختزنة في وعيك هي نتيجة تصرفك الماضي. ولكي تعزّل مستودعك النفسي من ذلك الأثاث "المتختخ" البالي يجب أن تشرع بالأفعال الإيجابية البناءة وبالإحساس بالمودة نحو الآخرين. فعلى قدر محبتك للناس سيحبك الناس وستشعر بمحبتهم. أما إن انتقدتهم ولو بينك وبين نفسك فإنهم سيحسون بذلك الإنتقاد وسيعيدونه إليك مضاعفاً!

افرض أن عدواً قديماً لك قد مات وبقيت مع ذلك تشعر بالحقد والكراهية نحوه، فستعاني نتيجة لتلك الضغينة وستظهَر

أعراضُها السيئة في جسمك وعقلك. من الأفضل أن تسامحه إكراماً لوجه الله لأنك بذلك تتحرر من رغبات الثأر الشريرة التي تفتك بسلامك النفسي وتمزق طمأنينتك. فتكديس الكراهية على الكراهية أو مقابلة البغضاء بمثلها لا تضاعف خصومة عدوك نحوك فحسب بل تسمم أنت أيضاً جسمك ومشاعرك نتيجة لذلك. فاصفح الصفح الجميل.

يجب أن يترك الإنسان بين الحين والآخر كل شيء ليكون مع ذاته لا غير، كي يتسنى له التفكير بغاية الحياة. معظم الناس عائمون على تيار من التقاليد والأزياء. في الواقع أنهم لم يحيوا حياتهم الخاصة أبداً بل يعيشون حياة العالم. فما الذي حققوه من ذلك وإلى أين وصلوا؟

لهذا من الحكمة أن ينتزع الإنسان نفسه بين الفينة والأخرى من المشاغل و"الواجبات" اليومية كي يهدّئ ثائرة عقله ويحاول معرفة ماهيته وتحديد الغاية التي يريد تحقيقها.

وتذكر أن أعظم شهادة يمكن أن تحصل عليها هي شهادة ضميرك: صوت الروح المميز الذي لا يُعلى عليه. ما يقوله لك ضميرك هو أنت على حقيقتك دون تمويه أو تزويق.

فكر بقوة السيد المسيح الذي قال "اغفر لهم يا أبتاه لأنهم يفعلون ما لا يعلمون."

وفكر بقوة النبي العظيم الذي قال: "ألا أدلكم على ما يرفع الله به الدرجات؟" قالوا نعم يا رسول الله. قال: "تحلم على من جهل عليك، ، وتعطي من حرمك، وتصل من قطعك وتعفو عمن ظلمك."

الإصغاء لصوت الضمير المستنير سيجلب النور إلى طريقك والبركة إلى حياتك. وعندما تشعر بدافع قوي في قلبك لتحقيق رغبة ما، استخدم تمييزك وسل نفسك: "أهي رغبة طيبة أم رديئة تلك التي أسعى لتحقيقها؟"

هناك مؤثرات عديدة تغذي الرغبات في الإنسان. فعندما يرى سيارة من آخر موديل يريد أن يمتلك سيارة مثلها. وعندما يرى بيتاً من طراز جديد، يرغب بامتلاك بيت مثله. زيّ جديد من اللباس يصبح شائعاً فتهفو له القلوب وتتلهف على شراء وارتداء ذلك الزي!

من أين تأتي الرغبات؟ لقد صرفتُ ساعات طويلة متفكراً بذلك. هل باستطاعتك تصنيف كل رغباتك؟ لقد تمكنتُ من فرز كل رغائبي وأبقيت على الصالح منها فقط. وعندما حصلتُ على الوصال الإلهي وجدتُ أن كل رغباتي الطيبة قد تحققت مرة واحدة. اليوم تشتهي شيئاً ما وغداً تتوق نفسك لشيء آخر. إن عقلك الذي انبثق عن الله القدير لا يمكن أن ترضيه بضاعة هذه الدنيا، ولن يرضى أبداً لأنك يا صديقي العزيز فقدتَ أعز وأنفـَس كنوز روحك الذي وحده له القدرة على إشباع حنينك وتحقيق أشواقك. ذلك الكنز المفقود هو الله.

صحيح أن هناك بعض الرغبات الطيبة أو الضرورية، وأنه يتوجب عليك العمل على تحقيقها. لكن أثناء محاولة تحقيق رغباتك الطفيفة لا تنسَ أولاً تحقيق رغبتك العظمى نحو الله. الإقتناع بضرورة تحقيق الرغبات والواجبات الصغيرة أولا هو وهْمٌ وخداع. لا زلت أذكر في بداية طريقي الروحي أنني كنتُ مسوّفاً ولم أتأمل بانتظام مع أنني بقيت أعلل نفسي بأنني سأخصص وقتاً للتأمل. مرت سنة كاملة على هذا النحو قبل أن أدرك أنني لم أنجز ما وعدت نفسي به. وعلى الفور قطعت عهداً على نفسي بأن أول شيء سأفعله في الصباح هو الاغتسال ثم التأمل على الله. لقد كانت المشاغل اليومية آنذاك كثيرة ولم يكن من السهل الإفلات منها ولو لفترة قصيرة. لذلك قررت أن أقوم بواجباتي الروحية أولا. وهكذا تعلمتُ درساً كبيراً: فواجبي نحو الله يأتي في الدرجة الأولى، ومن بعدها أهتم بالواجبات الأخرى الأقل شأناً.

لماذا ينبغي على الله أن يفتح أبواب الأبدية أمام الإنسان إن كان الإنسان يضع واجبات واعتبارات أخرى قبل الله؟ لقد ركـّب الله أجنحة روحية في نفوسنا ويتوقع منا أن نحلـّق في آفاق الروح. تلك الأجنحة هي أشواقنا الروحية وأفكارنا السامية وحنيننا الصادق إلى مصدرنا الإلهي.

فلنبحث عن الله أولاً. ليس من الحكمة إعطاء الواجبات الأرضية الأهمية القصوى لأن عزرائيل قد يستدعى الروح في أية لحظة وعندها ستتوقف وتنتهي كل الواجبات والإرتباطات

والمشاغل والإلتزامات مرة وإلى الأبد. فلماذا كل هذا التشبث في الحياة؟

يظن الإنسان أنه يستمتع بالأمن والطمأنينة فيفقد عزيزاً عليه على حين غرة، أو يفقد صحته أو عمله فيذهب الأمان والإطمئنان أدراج الرياح!

كم كانت محبتي لوالدتي عظيمة! كنت أظن بأنها ستبقى معي دوماً، ولكن فجأة وجدت أنها فارقتني وأنا طفل! يجب أن لا نرهب الموت بل نكون مستعدين له.

الحياة ليست كما تبدو. لا تضع ثقتك بها لأنها متقلبة مخادعة وزاخرة بالخيبات وتحطيم الآمال والأماني. لا يمكن العثور على الكمال هنا. لا أريد أن أعطيك صورة غير واقعية عن الحياة. هذا العالم ليس جنات النعيم. إنه مختبر إلهي حيث يمتحن الله النفوس ليرى ما إذا كانت ستقهر الرغبات الشريرة بالطيّبة وتجعله – أي تجعل الله – رغبتها العظمى، علها تتمكن من العودة إلى ملكوته.

الحياة تعج بكل ضروب التراجيديا والكوميديا.. المآسي والملاهي. إنها مشهد كبير متغير ومختلف الألوان لصنوف لا تقع تحت الحصر. ما من شيئين اثنين لهما نفس الشبه والمواصفات. حياة كل إنسان فريدة. كل واحد له قسمات وجه مختلفة، ذهنية مختلفة، ورغبات مختلفة. لو أننا حصلنا على نفس الإختبارات كل يوم لاعترانا الملل ولسئمنا العيش. وحتى الجنة لو كانت كل يوم على نمط واحد لما رغبنا بها. إننا نحب الألوان والأصناف.
المفهوم التقليدي السائد عن الجنة خاطئ برمته. فلو كانت تبعث على الضجر لابتهل قديسو وأولياء الله من أجل الرجوع إلى الأرض للترفيه عن أنفسهم! الجنة دائمة التجدد بكيفية ممتعة إلى أقصى حد، بينما الأرض هي غالباً دائمة التجدد ولكن بكيفية مضجرة ومزعجة.

ومع ذلك، وبالرغم من كون الحياة مرهقة شاقة، يتعود عليها معظم الناس، محتسبين أنه ليس من طريقة أخرى للعيش. وإذ يعجزون عن مقارنة هذه الحياة بالحياة الروحية فإنهم لا يدركون مدى الألم والضجر الكامنين في تضاعيف هذه الدنيا.

بالحقيقة الحياة ليست حقيقية. إنها مجرد تسلية ليس أكثر. وكما أن الأفلام القديمة يعاد عرضها مراراً وتكراراً، هكذا تتكرر نفس الأحداث القديمة بصور مختلفة. وبالرغم من استمرارية الحياة إلى ما لا نهاية فإن نفس المواضيع المعروضة في أفلام ماضية يعاد عرضها الواحد تلو الآخر. حقاً أن التاريخ يعيد نفسه والناس قطع أثرية في متاحف الزمن.

لتفرغ الحياة ما في جعبتها من مفاجآت، تقبلها بفرح وموضوعية وتجرّد، غير متأثر عاطفياً كما لو كنت تشاهد فيلماً سينمائياً. إن ضحكة من القلب هي علاج مدهش لكل الأسقام البشرية:

يجب أن تتعامل براحة وأريحية مع الحياة. هذا ما تعلمته من معلمي. ففي بداية تدريبي الروحي في صومعته، كنت أقوم بواجباتي بوجه متجهم لا أبتسم قط. وذات يوم لاحظ معلمي ذلك وأشار قائلاً: "خير إن شاء الله! هل أنت في مأتم؟ ألا تعلم أن العثور على الله يعني تكفين الهموم ودفن كل الأحزان؟ لا تأخذ الحياة على محمل كبير من الجدية."

لقد علمني أن من واجب الإنسان أن يرتفع بفكره فوق كل المشوشات والمنغصات الأرضية حتى يتمكن من العثور على الحرية الكاملة في الله.

يجب أن يحافظ المرء على توازنه في الأفراح والأحزان، والربح والخسارة، والنصر والفشل حتى يتمكن من مواجهة تحديات الحياة بجرأة وثقة بالنفس.

المحافظة على التوازن النفسي بالرغم من كل الأحداث هي أفضل طريقة للتغلب على الرغبات المخادعة. هذا ما تعلمته من العظماء الذين لم تؤثر بهم أحداث الزمن، بل ظلوا صامدين عديمي التغير حتى النهاية. وحتى الأنبياء عندما عُذبوا لم يفقدوا وعيهم المقدس ولم يسمحوا لأحد بأن يسلبهم محبة الله. الفرح الروحي هو بحد ذاته حماية مباركة وهو أعظم حصن على الإطلاق. ووسط المحن والآلام تذكر الخيرات التي أنعم الله بها عليك. روحك هي معبد مقدس لله. ويجب عدم السماح لظلام الجهل بتدنيس ذلك المكان الطاهر. فما أروع أن يكون المرء في وعي الروح، عزيزاً كريماً، آمناً مطمئناً! لا تخشَ شيئاً ولا تكره

أحداً. امنح محبتك للجميع. اشعر بمحبة الله وابصر وجوده في كل الناس، ولتكن رغبتك الأقوى حضوره الدائم في قلبك. تلك هي الطريقة للعيش بسلام وطمأنينة في هذا العالم. إنما من الصعب تذوق هذا الرضاء الذاتي ما دامت رياح الرغبات العاتية تعصف في واحة القلب وتهز أشجارها هزاً عنيفاً.

تتشكل الرغبات طبقاً لبيئة الشخص. فهي وليدة مدركاتنا الحسية ومحدودة بمحدودية تلك المدركات. إن حضور معرض ريفي يحقق الرغبة في بعض الإثارة، لكن بعد أن تكون قد زرت معرضاً عالميا وشاهدت كل المعروضات المختلفة يفقد المعرض الصغير رونقه وقوته الجاذبة. وهكذا يجب أولا أن نتذوق فرح التواصل مع الله حتى نتمكن من المقارنة بين ذلك الفرح والمباهج الأرضية الأقل شأناً. عندئذ ستكون الرغبات ذات طبيعة أسمى. الرغبة لا نهاية لها، إذ ما أن تتحقق رغبة حتى تحل محلها رغبة أخرى. لكن عندما تعثر على الله تتحقق رغباتك كلها. "اطلبوا أولاً ملكوت الله وبره، وهذه كلها تعطى لكم. (وما عند الله خير وأبقى.) فلماذا لا نطلب أولاً تحقيق تلك الرغبة العظمى ونحصل من يد الله الكريمة على الأفضل والأكثر دواماً؟!

عندما يستجيب الله لدعاء المريد في التعرف عليه ستتحقق كل رغباته الأخرى على الفور وللأبد.

يظن البعض أن لا رغبات لديهم. طيّب!

لقد لاحظت ما يحصل غالباً عندما يذهب الناس إلى السوق. قد لا تكون لديهم رغبة في شراء شيء بعينه، لكن فجأة يلفت انتباههم شيء ما فيفكرون "أي والله لازم أشتريه!"

وإن لم يشتروه في تلك اللحظة يبقى يراود أفكارهم ليل نهار إلى أن يشتروه أخيراً حتى ولو اضطروا لاقتراض المال. يفرحون به لبعض الوقت لكن بالتدريج يخبو رونقه وتتضاءل البهجة في امتلاكه فيرغبون في شيء آخر، وهلم جرّاً.

أحياناً نقابل شخصاً يقول: "آه لو عندي مبلغ كذا من المال (أو سيارة من طراز خاص أو مسبح أو.. أو..) وما أن تتحقق تلك الأمنية حتى يبزغ شوقٌ آخر لشيء جديد.

الرغبات البشرية ناقصة بطبيعتها ولذلك فإنها تعجز عن تحقيق السعادة الكاملة لأصحابها.

العالم سيحاول صدك عن التذكر بأن الرغبة الوحيدة الجديرة بالإعتبار هي العثور على الله. ولكن يجب أن تذكّـر نفسك بهذا كل يوم. عندما يقرر الإنسان الإقلاع عن التدخين أو عدم تناول الطعام بشراهة أو عدم الكذب أو عدم الغش فيجب أن يكون حازماً في مقرراته وألا يضعف. البيئة السيئة تمتص الإرادة وتوهنها وتخلق في الشخص رغبات خاطئة. تأخذ منه أفضل ما لديه وتعطيه أسوأ ما عندها. من يعش مع اللصوص يظن أنها تلك الطريقة الوحيدة للعيش. ولكن مصاحبة الأخيار توجه الفكر نحو الأمور السامية بحيث تعجز الرغبات الخاطئة عن إغراء الإنسان. كل شيء خاضع للتغير والتقلب في هذه الحياة. لكن بضعة لحظات من التأمل العميق أو مطالعة المواضيع الروحية النقية والتأمل عليها ستكون بمثابة رافدة من الإلهام تنقل الباحث الجاد عبر محيط الخداع والأوهام إلى الشواطئ الإلهية حيث (لا يمسهم فيها نصَبٌ وما هم منها بمُخرجين.)

(أعِدّتْ الراحةُ الكبرى لمن تعِبا   وفازَ بالحقِّ مَنْ لمْ يألـُهُ طلـَبا)

السعادة الحقيقية تكمن في الشوق لله ومداومة التفكير به. ومع المثابرة يأتي وقت يصبح فيه الفكر ثابتاً غير متأرجح بحيث تعجز أعظم بلية جسدية أو عقلية أو نفسية عن تحويل وعيك عن الله. أليس مدهشاً أن يحيا الإنسان بوعي الله والتفكير والشعور به كل حين، وأن تبقى في معقل حضوره الذي لا يُقحم، حيث لا يستطيع الموت ولا أي شيء آخر سلبك سلامك الباطني؟! (الذين آمنوا وتطمئن قلوبهم بذكر الله، ألا بذكر الله تطمئن القلوب.)

عندما تمسي محصناً ضد كل الشهوات تكون مستمتعاً بالحضور الأبدي.

غريبة هي هذه الحياة، إذ كل شيء خاضع للتغيير. لهذا يجب ألا يرسي الإنسان قارب سعادته على شواطئ هذه الحياة ذات الرمال المتحركة. إن زمننا سيزول، وما يراه الآن سيصبح في خبر كان يوماً ما. لا بأس من التغيير ما دمت لا تسمح له بإيذائك. وعندما يؤذيك فالثورة النفسية التي تشعر بها هي رسالة لك على عدم امتلاك الرغبات. عندما تكون آمناً في الروح الإلهي

تستمتع بكل شيء لكن دون تعلق أو ارتباط. لذلك فإن بذل المجهود للتعرف عليه هو أمر في غاية الأهمية لمن يهمه الأمر، وإلا فالحياة مخيبة للظنون، محطمة للآمال بكيفية مريعة.

عندما عدت إلى الهند سنة 1935 كنت أأمل في زيارة الأمكنة التي أحببتها في مرحلة الطفولة، لكنني رأيت لدى وصولي أن كل شيء قد تغيّر. فمسرح الحياة أعيد ترتيبه بكيفية مختلفة. وأكبر خيبة وصدمة كانت عندما زرت بيتي القديم في أيكابور حيث كنت ألعب وأشاهد الطيور. فشجرة واحدة بقيت من بين كل ما كنت أذكره. تلكم هي الحياة! الأشياء المألوفة العزيزة تغيب عن أبصارنا الواحد تلو الآخر. كنت على استعداد لبذل كل ما لدي في سبيل مشاهدة بيتنا مثلما كان زمن الطفولة. ومع ذلك فقد حقق الله أملي، إذ رأيت البيت فيما بعد مجسداً في الرؤيا، حيث سبحنا في البركة ثم صعدت إلى الطابق الثاني واستلقيت على السرير وأكلت المانغو، تماماً مثلما كنت أفعل منذ سنين عديدة قبل ذلك.

يجب فحص وتمحيص الرغبات بدقة كبيرة الآن، وفرزها جيداً والاحتفاظ فقط بالصالح منها، وعدم السماح حتى لتلك الرغبات الطيبة بخنق الرغبة الأهم في الله.

تلك الرغبة يجب أن تبقى حية ومتوقدة وألا يُسمح لها بالهمود أو الخمود. الإنسان واقع تحت وهم كبير عندما يطلب من الله كي يحقق رغباته الأرضية ولا يطلب منه أن يعرفه على ذاته. تصور ابناً دائم الطلب من والديه كي يحققا طلباته، وما عدا ذلك لا يسأل عنهما ولا يفتكر بهما. ذلك عقوق ونكران للجميل، وفي ذلك درس للمتفكرين.

عندما يُطبق كتاب الحياة هذا لن يرافق المرء سوى المعرفة الروحية التي اكتسبها في حياته إبان إقامته الأرضية الموقوتة. لذلك يجب أن يبقى الله نصب عينيه وأن يداوم التفكير به وألا يغفل عن ذكره إن كان مهتماً حقاً بمستقبله الروحي.

عندما نكون على اتصال مع الله سنجد أن كل الرغبات قد تحققت بكيفية غامضة. ولكن يجب أن نطلب الله أولا. إنه كريم وقد وهبنا كل شيء، ولكن لن نعثر عليه إلا عندما لا نبقى قانعين بعطاياه بل نتوجه إلى العاطي نفسه. وسنتعرف عليه ما دمنا

صادقين في مسعانا، جادين في رغبتنا في التقرب منه وملامسة حضوره المبارك.

أصعب عقبة تواجه الإنسان هي ذاته. فعندما يحاول الجلوس بهدوء والتفكير بالأمور الروحية تبزغ الأفكار الدنيوية فجأة لتصده عن قصده وتحول دون تحقيق مبتغاه. يجب أن يتدرب على التحكم بفكره وجسمه وبذلك سيحمل فردوساً نقالا في روحه. وفي الحياة أو الممات، وفي النعيم أو الجحيم، ستلازمه تلك السعادة العظمى.

يجب أن نصلي لله بعمق ونبثه شوقنا العظيم، طالبين منه بلغة القلب ولهفة الروح وهمس الوجدان كي يستمع إلينا ويستجيب. أما إن صلى الشخص بفتور وفكّر في نفس الوقت بشيء آخر يعلم الله أن المقام الأول ليس مخصصاً له في نفس ذلك الإنسان فلا يستجيب.

يجب أن نمتلك الله أولا. الوقت هو الآن. يجب عدم الإنتظار لأن الأوهام قوية للغاية. العمر ينقضي بسرعة ومن العار أن يغادر الإنسان هذا العالم دون التعرف على غاية الحياة. يجب أن نتأمل كلما سنحت لنا لحظة فراغ. وحتى لو لم تستجب صلواتك مبدئياً لا تقنط من رحمة الله بل تابع الابتهال. صلّ بإخلاص وثق أن دعاءك سيستجاب.

لقد رأيت في حياتي أعظم البراهين على استجابة الله للدعاء. ولكن تلك الاستجابة يلزمها بذل المجهود، إذ لا شيء ذا بال يأتي بدون مجهود. التأمل ضروري لرفع الغطاء عن أسرار الحياة والنفاذ إلى مملكة الله.

العادات الرديئة والمشوشات الأخرى كلها ستحاول أن تزعزع جهودك وتوهن عزيمتك. لكن إن أردت أن تكون سعيداً احتفظ بفكرك متجهاً نحو الله وستجده قريباً منك.

الرغبات في الملذات الأرضية تخلق جذباً مغناطيسياً يشدّ الإنسان شدّاً إلى هذه الأرض حياة بعد حياة. العودة إلى التجسد تصبح غير ضرورية بالنسبة للذين حققوا رغباتهم في الله. فحيثما يرغبون في تحقيق أية أمنية يفكرون بذلك الشيء فيتجسد أمامهم. لقد ظهرت والدتي أمامي بعد وفاتها فتعزيت برؤيتها وشكرت الله على جوده. حقاً أنه أكرم الكرماء وأرحم الرحماء.

فهو يحقق رغباتنا ليبرهن محبته وامتنانه لنا عندما نخصص له المكان الأول في قلوبنا.

عندما يتمكن الإنسان من التوصل إلى الله يصبح سيد الحياة وسيد القدر. يجب أن لا نهدأ قبل ترسيخ الكيان الإلهي في حياتنا. إنه سيمنحنا كل ما تشوقنا إليه وسيمتحننا.

التجارب والعقبات على الطريق الروحي كثيرة وكبيرة، لكن مع اجتياز تلك التجارب وتجاوز تلك العقبات يجب أن نقول: "يا رب، لقد استجبتَ لصلواتي وحققت أعظم أمنياتي فأصبح قلبي غنياً بحضورك وروحي مشرقة بنورك." والسلام عليكم.

الإيثار يمدد الوعي

عندما تبعث بنوايا الخير إلى الآخرين يتمدد وعيك. وعندما تفكر بجارك ينطلق جزء من كيانك مع ذلك التفكير. لكن التفكير وحده لا يكفي، بل يجب أن نكون على أهبة الإستعداد لوضع التفكير قيد التطبيق.

في الزواج درسٌ من دروس الإيثار. شخصان يحاولان مقاسمة العيش مع بعضهما. ثم يأتي الأولاد فيقاسمهما الأبوان ما لديهما. ولكن التفكير فقط بالأسرة الصغيرة وحدها دون سواها (أي أنا وأنت أو نحن وبَسّ) هو ضرب من الأنانية.

سيأتي الوقت الذي به يفارقنا الأحبة وتلك سنة الحياة. وهذا مذكـّر لنا بأن غاية الإنسان هي توسيع حدود وعيه من خلال العمل من أجل الآخرين ومشاركتهم نعم الحياة.

الإيثار يجلب لصاحبه خيرات كثيرة وسعادة كبيرة، لأنه بالإيثار يصون المرء سعادته. غايتي هي إسعاد الآخرين لأن سعادتي هي من سعادتهم.

لا يمكننا تذوّق طعم الإنجاز ما لم نشمل الآخرين بسعادتنا. لا أقصد هنا أفراد الأسرة وحسب، بل كل الناس.

يجب أن نفكر بالآخرين ونساعدهم على قدر طاقتنا. هذا لا يعني أن نفقر أنفسنا، بل أن نبدي اهتماماً وداً صادقاً نحو الآخر ورغبة في المشاركة.

يجب أن نطبق مبادئ الحق على أنفسنا أولا. لا يمكننا تعليم الإيثار للآخرين إن لم نكن إيثاريين. إن بدأنا بأنفسنا نصبح قدوة طيبة للآخرين.

لقد كرّستُ حياتي لخدمة الآخرين ومنفعتهم. تنقلت كثيراً وحاضرت جماهير غفيرة. لكنني أعلم أنني أقدم خدمة أفضل للآخرين من خلال كتاباتي وتعاليمي.

الحشود تأتي لتستمع إلى المحاضرات وليس بالضرورة محبة في الحقيقة. الناس يأتون لبعض الإلهام والراحة الروحية. لكنني أريد نفوساً باحثة الحق، مُحبة لله. لهذا السبب ركزت وأركز على ضرورة التأمل على الله.

كل الباحثين الجادين والمثابرين في سعيهم الروحي ستتكلل مساعيهم بالنجاح إن واصلوا السير برغبة واجتهاد.

يجب أن نحب الله من كل قلوبنا وأفكارنا ونفوسنا وقوتنا، وأن نحب جارنا كنفسنا.

وما هو المقصود من محبة الله من كل القلب والفكر والنفس والقوة؟

القلب يعني الشعور، والفكر يعني التركيز والنفس تعني التناغم الروحاني العميق في التأمل، والقوة تعني التوجه بكل طاقتنا إلى الله.

وهذا يعني محبة الله بكل الشعور وبكل التركيز في التأمل وبإعادة توجيه طاقة أو قوة الحياة من المادة إلى الروح وتحويل الإنتباه من الجسد إلى الله.

لا يمكن محبة الله بدون تأمل، لأنه بالتأمل فقط يمكننا أن ندرك طبيعتنا الروحية كنفس مرتبطة ارتباطاً أزلياً أبدياً بالله الذي خلقها على صورته.

يجب أن نبني في نفوسنا عرشاً لمحبة الله السامية. لا يوجد ما هو أهم من ذلك في الحياة. ما من طموح أسمى من محبته والتحدث عنه وتبصير الآخرين بالتعرف عليه. لا أريد شيئاً آخر من الناس غير ذلك.

من دواعي سروري مقاسمة تجربتي الروحية مع الراغبين الصادقين. ولا شيء يفرحني كالتحدث إليهم عن الله ومساعدتهم في ملامسة حضوره.

رائع أن نحب الله وأن نحب عباد الله. ومتى عثرنا عليه نشعر بحبه في الجميع. لا توجد قوة أعظم من قوة المحبة في الكون.

إنني أبصر الرب الأسمى متربعاً على عرش السموات والمحيطات وعلى عرش وعيي. أراه حاضراً في كياني وفي نفوس الجميع.. وأعانقه في كل صوره وأشكاله اللامتناهية في الخليقة.

لولا الأنانية لكان العالم جنة

لو أن العالم تخلى عن الأنانية الشريرة لرأينا الجنة على هذه الأرض.

إن بذور الحرب تكمن في قلب الأنانية الشريرة. الإنسان البدائي استعمل أول ما استعمل الهراوات الحجرية (الطبشات) ثم تطورت فيما بعد إلى القوس والنشاب لحماية أنانيته من أنانية الآخرين. بعد ذلك تم اختراع البنادق والمسدسات ثم الرشاشات ومن بعدها القنابل والغازات السامة - كل ذلك لحماية أنانية مجموعة من البشر من أنانية مجموعة أخرى.

لقد نمَت إمكانات الإنسان الهدّامة وتطورت أكثر من إمكاناته البنـّاءة. إن هذا الدُمّل الخبيث – دُمّل الأنانية الشريرة – سيُفقأ في نهاية المطاف. ولكن للأسف ستفنى أجسادٌ كثيرة قبل أن يستيقظ الإنسان ويدرك أن الأنانية القومية لا تقل شراً عن الأنانية الشخصية. فالأمة تتكون في الأساس من مجموعات صغيرة وتلك المجموعات تتكون من أفراد، ويجب أن يبدأ الإنسان بنفسه.

نتيجة للأنانية المقيتة تندلع الحروب ويتضعضع الميزان الإقتصادي ويحل الركود ثم الكساد.

الحدود بين الدول غير ثابتة، وحكومات العالم تخضع للتغير المستمر.

الأنانية التي تنشد السعادة دون اعتبار لحقوق الآخرين وسعادتهم، أو التي تدوس على حقوق ومصالح الآخرين لأغراضها الخاصة تولـّد الفقر والتعاسة والشقاء.

الإثراء على حساب الغير هو خطأ فادح. الشيوعية التي ظاهرها يعِد الجماهير بالوفرة والرفاهية لن تنجح وستنهار يوماً ما لأنها قائمة على الإكراه وقمع الحريات الشخصية (ملاحظة: هذه المحاضرة ألقاها المعلم برمهنسا سنة 1937 وقد تحقق بالفعل ذلك الإستنتاج!).

العظماء ينادون بالإيثار المبني على الرغبة الروحية الصادقة في العطاء.

إن اهتم الإنسان بيديه ورجليه فقط وأهمل رأسه فلن يعمل الدماغ لتوجيه المهارات الحركية. يجب تنسيق كافة فعاليات الجسم. وبالمثل فإن الأدمغة (ذوو الحل والعقد) في الأمم والمجتمعات يجب أن يعملوا بتنسيق مع اليدين والرجلين

(العمالة) لإنه إن تضاربت المصالح سيختل النظام وتعمّ الفوضى وتحدث معاناة جراء ذلك.

في العالم معلـّمان اثنان. من يتخذ الله هادياً ومرشداً لا خوف عليه. ومن يتخذ الشيطان رائداً وقائداً سيعاني الأمرّين.

الكلمة المفتاحية بالنسبة لمعظم الناس في هذه الحياة هي "أنا". ذو الطباع والميول الروحية يفكر بالآخرين مثلما يفكر بنفسه. الذين يفكرون فقط بأنفسهم يجلبون لأنفسهم عداوة وسخط الناس من حولهم. أما الذين يراعون مشاعر ومصالح الغير فيجدون أن الآخرين يفكرون بهم ويراعون مشاعرهم.

إن كان هناك مائة شخص في بلدة ما، وكل واحد يريد أن يأخذ من الآخر فسيكون لكل واحد تسعة وتسعون خصماً. أما إن كان كل واحد يحاول مساعدة الآخر فسيكون لكل واحد تسعة وتسعون صديقاً.

لقد عشت بتلك الكيفية ولم أفقد شيئاً بإعطاء ما لديّ للآخرين. بل كل ما أعطيته عاد إليّ مضاعفاً من فضل اللهً. والآن لا أتشوق لشيء لأن ما أملكه في أعماقي أكبر وأثمن من أي شيء يمكن أن يمنحه لي العالم. ما يجدّ الإنسان في طلبه هو تحقيق السعادة، ومتى امتلك السعادة تنعدم الحاجة إلى الظروف الموصلة إليها.

ليس لديّ حساب في البنك لأن ضماني في هذا العالم هو مشاعر الناس الطيبة نحوي. لا أؤمن بأية ضمانة أرضية أخرى. إن تمكن المرء من العيش في قلوب إخوانه وأصدقائه فهذا هو الغنى الحقيقي.

عندما نكون إيثاريين نصبح سعداء. وإن انتهجنا هذا السبيل سيتأثر الآخرون من حولنا بسلوكنا ويحاولون محاكاتنا. يجب التخلص من الأنانية التي هي علة كل الشرور الفردية والقومية.

القديس المرتفع في الهواء

من كتاب فلسفة الهند في سيرة يوغي

"الليلة الماضية رأيت يوغيا يظل معلقاً على ارتفاع بضعة أقدام في الهواء."

بتلك العبارة الشائقة استهل صديقي أوبندرا موهن شودهري حديثه.

وابتسمت بحماس قائلا: "ربما حزرت إسمه: ألا تقصد بهادوري مهاسايا الساكن في طريق الدوّار الأعلى؟"

هز أوبندرا رأسه بالإيجاب، وقد شعر ببعض الإحباط لأن الخبر لم يأتني عن طريقه. وقد كان أصدقائي يعرفون مدى فضولي بشأن القديسين، إذ كان من دواعي سرورهم أن يدلونني على قديس جديد.

وتابعت كلامي قائلا: "إن مسكن اليوغي قريب جدا من منزلنا، وأزوره بصورة منتظمة."

أثارت كلماتي اهتماماً كبيرا في نفس أوبندرا، إذ بدا الاهتمام ظاهرا على وجهه، وأضفت قائلا:

"لقد رأيته يقوم بأعمال خارقة، فقد أتقن طرق التنفس[1] الثماني لليوغا القديمة بحسب ما دونها الحكيم باتنجالي[2]. وذات يوم قام بهادوري مهاسايا أمامي بتمرين بهاستريكا براناياما بقوة مدهشة جعلتني أحس كأن عاصفة قوية هبت فعلا في الغرفة! بعد ذلك أخمد هذا النفس العاصف وظل عديم الحركة في حالة الوعي السامي[3]. وكان جو السلام الذي أعقب هذه العاصفة جلياً لا يمكن نسيانه.

امتزج صوت أوبندرا بعدم التصديق وهو يقول: "لقد سمعت أن القديس لا يغادر منزله أبدا، فهل هذا صحيح؟"

أجبت: "نعم تلك هي الحقيقة! فهو ظل حبيس منزله طوال العشرين سنة الماضية. إلا أنه يخفف قيود هذا القانون الصارم الذي فرضه على نفسه أثناء أعيادنا المقدسة، فيسير إلى الممشى الجانبي حيث يجتمع المتسولون، لأن القديس بهادوري معروف بطيبة قلبه."

قال: "ولكن كيف يظل القديس معلقاً في الهواء متحدياً بذلك قانون الجاذبية؟"

أجبته: "إن جسم اليوغي يفقد كثافته بممارسة بعض تمارين براناياما الخاصة بالتنفس، فيستطيع عندئذ الطيران أو القفز كالضفدع. وحتى القديسون الذين لا يمارسون اليوغا التقليدية يحلـّقون في الهواء أثناء دخولهم حالات سامية من الشوق المتعاظم لله."

لمع حب الاستطلاع في عيني أوبندرا وقال: "أود أن أعرف المزيد عن هذا الحكيم، فهل تحضر اجتماعاته المسائية؟"

قلت: "نعم، فغالبا ما أزوره، وإنني شديد الإعجاب بسرعة بديهته وروعة حكمته. وأحيانا تفسد قهقهتي وقار الاجتماع. ومع أن القديس لا ينزعج من ذلك، لكن تلاميذه ينظرون إليّ بغضب! "

ولدى عودتي من المدرسة إلى المنزل بعد ظهر ذلك اليوم عرّجت على بيت بهادوري مهاسايا وصممت على زيارته. وكان اليوغي بعيدا عن متناول الناس، يحرس بابه تلميذ في الطابق الأرضي. وهذا التلميذ كان كثير التدقيق مع الزائرين، وقد سألني إن كنت على موعد مع معلمه، ولكن ظهر معلمه على الفور وعيناه تبرقان، وقد أعفاني بذلك من الطرد الفوري، وقال للتلميذ:

"دع موكندا يأتي كلما رغب بذلك. فقاعدة الاختلاء هي ليست لراحتي بل لراحة الآخرين. الدنيويون لا يرتاحون لصدقنا الذي يحطم غرورهم. والقديسون ليسوا نادرين فقط لكنهم مربكون أيضا. وحتى في الأسفار المقدسة نجدهم أحيانا يتسببون في الإحراج للآخرين."

سرتُ خلف بهادوري مهاسايا إلى مأواه البسيط في الطابق الأعلى الذي قلما غادره. والمعلمون يتجاهلون عادة بهرج العالم وضوضاءه بتواريهم عن الأنظار. ونادرا ما يهتم بهم العالم قبل أن يصبحوا راسخين في ذاكرة الزمن، فمعاصرو الحكيم لا يقتصرون على الذين يعيشون في الحاضر المحدود والضيق.

وقلت: "أيها الحكيم العظيم، إنك أول يوغي عرفته يبقى داخل منزله على الدوام."

فأجابني: "أحيانا يغرس الله قديسيه في تربة غير متوقعة حتى لا نظن أن بمقدورنا إخضاعه لقاعدة محددة."

وتربّع القديس للتأمل وقد ثبّت جسمه المليء بالحيوية في وضع اللوتس. ومع أنه كان قد تجاوز سن السبعين لكن لم تظهر على جسمه علامات الشيخوخة أو الترهل بفعل الجلوس الطويل. وإذ كان قويا مديد القامة فقد كان مثاليا من كل ناحية. وكان وجهه وجه الحكيم الذي تصفه الأسفار المقدسة بأنه نبيل

الرأس، كث اللحية، يجلس دوما باعتدال مثبتاً عينيه الهادئتين على الحضور الكلي.

جلست مع القديس في التأمل، وبعد ساعة أيقظني صوته الرقيق:

"إنك غالبا ما تدخل حالة السكون، ولكن هل توصلت إلى حالة الإدراك الفعلي بالله؟"

وقد قصد القديس من ذلك تذكيري بأن أحب الله أكثر من التأمل، وأردف: "لا تخلط بين الطريقة والغاية، ولا تجعل الوسيلة هدفك."

وقدّم لي بعض ثمار المانغو، وببديهته الحاضرة التي وجدتها ممتعة بالرغم من طبيعته الجادة قال:

"إن لهفة الناس على الإتحاد بالطعام هي أكبر بكثير من تلهفهم على الإتحاد بالله."

وقد أحدث هذا الجناس اللفظي قهقهة عالية مني، فلمعت نظرته بالحنو وقال: "يا لها من قهقهة! " وكان وجهه يتسم بالجدية وفي نفس الوقت ترتسم عليه بسمة طوباوية. وكانت عيناه الكبيرتان الشبيهتان بزهر اللوتس تخفيان ابتسامة باطنية مقدسة.

وأشار القديس إلى عدد من مغلفات سميكة فوق منضدة قائلا: "هذه الرسائل جاءتني من أمريكا النائية. فأنا أراسل عددا من الجمعيات التي يظهر أعضاؤها اهتماما باليوغا. إنهم يكتشفون الهند من جديد بإدراك أفضل من الذي كان يتمتع به كولومبس! إنني سعيد لمساعدتهم، فمعرفة اليوغا هي مجانية، كنور الشمس، لكل من يطلبها.

"إن ما اعتبره الحكماء ضروريا لخلاص البشر لا يجوز تخفيف قيوده من أجل الغرب. الشرق والغرب متشابهان في الروح بالرغم من اختلاف تجاربهم الخارجية، ولا أمل لهما في التقدم والازدهار دون ممارسة إحدى طرق اليوغا الروحية."

وقد أمسكني القديس بعينيه الهادئتين، وما كنت أعلم وقتذاك أن كلامه كان نبوءة مستترة. بل لم أدرك حتى هذه اللحظة - وأنا أدون هذه الكلمات - المعنى الكامل لتلميحاته العادية بأنني سأنقل ذات يوم تعاليم الهند إلى الغرب.

وقلت: "أيها الحكيم الكبير، يا حبذا لو قمت بتأليف كتاب عن اليوغا لفائدة البشر! "

وأجابني: "إنني أدرّب تلاميذ سيصبحون مع تلاميذهم كتباً حية تصمد للتحلل والتحوّل الطبيعي للزمن والتفسيرات غير الطبيعية للناقدين."

بقيت مع اليوغي لوحدنا إلى أن حضر تلاميذه في المساء، حيث ألقى إحدى محاضراته المنقطعة النظير. وكالطوفان الهادئ فقد جرف الحطام والركام النفسي لسامعيه وقادهم نحو الله. وكانت أمثاله الرائعة بلهجة بنغالية لا عيب فيها.

وفي تلك الأمسية تناول بهادوري نواحي فلسفية متنوعة تتعلق بحياة أميرة راجبوتانية في القرون الوسطى تدعي (ميراباي) نبذت حياة القصر الباذخة رغبة في مصاحبة القديسين. في البداية رفض أحد كبار النساك (ساناتنا غوسوامي) قبولها في عداد تلاميذه كونها امرأة، لكن جوابها له جعله يخضع عند قدميها، عندما قالت:

"اخبروا المعلم إنني لا أعترف بمذكّر في الكون سوى الله. ألسنا جميعا إناثا أمامه؟"

(هناك فكرة مقدسة بأن الله هو المبدأ الإيجابي الخلاق الأوحد في الكون، وما خليقته سوى وهم سالب.)

وكانت ميراباي تقرظ الشعر، وقد ألفت قصائد عديدة ملؤها الفرح الروحي لا زالت تعتبر من كنوز الهند الأدبية، وإنني أترجم إحداها هنا إلى الإنكليزية (وقد ترجمها نظماً إلى العربية محمود عباس مسعود):

لو بغسل الجسمِ دوماً يُعرفُ
لغدوتُ قيطساً وسْطَ البحار
لو بأكل النبتِ حتماً يُدركُ
لاتخذتُ شكلَ عنزة بافتخارْ
لو بعدّ السُبّحاتِ يظهرُ
كنتُ سبّحتُ بحباتٍ كبارْ
لو بسجدٍ للنصوبِ يبرزُ
لانحنيتُ للجبالِ والصخورْ
لو بشرب اللبنِ يُرتَشفُ

لتذوّقـْهُ العجولُ والصغارْ
لو بهجر الزوجةِ يُستحضرُ
لاختصى الآلافُ فوراً باختيارْ
كلُ هذي تعجزُ عن كشفهِ
لا ولن تقوى على رفع الستارْ
يظهرُ اللهُ بشرطٍ واحدٍ:
حبُ قلبٍ واشتياقٌ مثلَ نارْ

وضع بعض الطلبة روبيات في حذاء بهادوري الذي كان ملقى بجانبه وهو يجلس في وضع اليوغا. وهذه التقدمة المألوفة في الهند هي تعبير عن الاحترام والتقدير، بما يعني أن التلميذ يضع عند قدمي معلمه ممتلكاته المادية. الأصدقاء الحافظون للجميل هم مظهر من مظاهر الله الذي يرعى محبيه من خلالهم ويعتني بشؤونهم.

ونظر أحد التلاميذ بحماس إلى المعلم الجليل وهو يستأذن بالانصراف قائلا: "حقاً إنك رائع يا سيدي! فقد نبذت الغنى والراحة الشخصية من أجل البحث عن الله وتلقيننا الحكمة." إذ كان معلوما للجميع أن بهادوري مهاسيا قد تخلى في شبابه عن ثروة عائلية ضخمة عندما صمم تصميما قاطعا على المضي في طريق اليوغا.)

فأجاب القديس: "ولكنك تعكس الآية! " وعبّرت تقاطيع المعلم عن زجر لطيف، وتابع قائلا: "لقد زهدتُ بروبيات قليلة ومسرات ضئيلة زائلة حبا بمملكة كونية لا حد لنعيمها ولا انتهاء. فكيف تقول أنني حرمت نفسي من أي شيء؟ إن قصيري النظر من أهل الدنيا هم التاركون فعلا! فهم يهجرون مملكة مقدسة لا نظير لها طمعا بمسرات أرضية هزيلة لا تسمن ولا تغني من جوع! "

ضحكت لهذه النظرة المتباينة عن الزهد والزاهدين: ففي حين يجعل أحدهم القديس الفقير أغنى من قارون وأرفع شأنا، يحوّل الآخر أكبر مليونيريّ العالم إلى فقراء معدمين لا يعرفون ما يعانون من ذل الفاقة."

ختم المعلم حديثه بالحض على الإيمان الثابت قائلا: "إن النظام الإلهي يدبر أمورنا وينظم مستقبلنا بحكمة تفوق ما توفره

لنا شركات التأمين. العالم مليء بالقلقين الذين يضعون ثقتهم في وسائل الحماية الخارجية. وأفكارهم المؤلمة هي كالندوب (آثار الجروح) على جباههم. إن الواحد الأحد الذي وهبنا الهواء واللبن من لحظة ولادتنا يعلم كيف يزود متعبديه يوما بيوم بكل ما يحتاجون إليه في حياتهم."

واصلتُ زياراتي للقديس بعد انتهاء فصول الدراسة، وبحماس صامت ساعدني على إدراك الحضور الإلهي. وذات يوم انتقل القديس إلى طريق رام موهان روي بعيدا عن منزلنا في طريق غوربار، إذ ابتنى له أتباعه المحبون صومعة جديدة عُرفت باسم تاجندرامات[4].

ومع أن ما سأذكره الآن هو سابق لأوانه في سيرة حياتي هذه، إلا أنني أذكر هنا الكلمات الختامية التي قالها لي بهادوري مهاسيا. فقبل سفري إلى الغرب بقليل ذهبت لتوديعه وانحنيت أمامه في تواضع ملتمسا منه بركة الوداع، فقال:

"يا بني، اذهب على بركة الله، واتخذ من مجد الهند القديمة درع وقاية لك. النصر مكتوب على جبينك، والنبلاء البعيدون سيحسنون استقبالك."

المصدر: مذكرات يوغي السيرة الذاتية (فلسفة الهند في سيرة يوجي)

الحواشي

(1) طريقة التنفس هذه تعرف باسم (برانایاما) وهي التحكم بقوة أو نشاط الحياة (برانا) بواسطة تنظيم عملية التنفس. وبرانا ياما بهاستريكا ("المنفاخ:" تعمل على تهدئة العقل.

(2) باتنجالي هو أعظم الشارحين القدماء لليوغا.

(3) قال البروفسور جول بوا الأستاذ بجامعة السوربون، في محاضرة له سنة 1928، أن العلماء الفرنسيين قاموا بتجارب حول الإدراك السامي واعترفوا بوجوده. وهو "المقابل للعقل الباطن في مفهوم فرويد. وهذا العقل السامي هو الذي يشتمل على المواهب والمزايا التي تجعل من المرء إنسانا حقا، لا مجرد حيوان متطور." وبيّن العالم الفرنسي أن يقظة الإدراك السامي "يجب التمييز بينها وبين الاستهواء أو التنويم المغناطيسيٍ. فوجود العقل السامي معترف به فلسفيا، وهو في حقيقته النفس الراقية التي قال بها أمرسون ولم يعترف بها العلم إلا مؤخرا." قال أمرسون في مقالته (النفس العليا): "الإنسان هو واجهة

لمعبد به تكمن كل حكمة وخير، وعادة إن ما ندعوه إنسانا: إنسان الأكل والشرب والزرع والحساب. . . يعطي صورة خاطئة عن حقيقته الجوهرية. لكن النفس التي هو أداتها وتعبيرها. . . لو سُمح لها بالظهور من خلال أفكاره وأفعاله لاضطرنا إلى السجود. . . لأننا سنقف عندئذ أمام الطبيعة الروحية، وأمام كل الصفات الإلهية.

(4) كان أسمه الكامل تاجنراماث بهادوري، وماث بالهنديه معناها مكان العبادة، وتطلق غالبا على الصومعة أو المنسك. ومن بين القديسين (السابحين في الفضاء) سان جوزيف قديس كوبرتينو، وهو من قديسي القرن السابع عشر الذي تم توثيق حالاته غير العادية بمعاينة الشهود. وقد أبدى القديس جوزيف ذهولا عن العالم هو في حقيقته تذكـّر لله وهيام به. ولم يكن إخوته في الدير يسمحون له بأن يخدم المائدة المشتركة لئلا يطير بالأواني الخزفية. وفعلا كان القديس غير كفؤ للقيام بالواجبات الدنيوية بسبب عدم استقراره على الأرض لفترة كافية! وأحيانا كانت رؤيته لتمثال مبارك كافية لأن تدفعه للتحليق في طيران عمودي، فيشاهد القديسان – الإنسان والحجر – وهما يحلقان في أجواز الفضاء.

وسانت تريزا قديسة آفيلا ذات السمو الروحي هي أيضا وجدت الارتفاع الجسدي مزعجا. وإذ كانت مثقلة بواجبات إدارية كثيرة فقد حاولت دون جدوى وقف اختبارات التحليق وكتبت في هذا الخصوص: "إن التدابير لا تجدي نفعا إذا أراد الله عكس ذلك." وقد ظل جسم القديسة تريزا الذي دُفن في إحدى كنائس ألبا في أسبانيا لأربعة قرون دون أن يصيبه التحلل والفساد، بل ظل متماسكا يتضوع منه شذا الورود، وقد حدثت عنده معجزات لا حصر لها.

(هذه الكرامات تذكرنا أيضاً بما ورد في القرآن الكريم والأحاديث النبوية الشريفة مثل قصة أصحاب الكهف والطلب من مريم عليها السلام كي تهز جذع النخلة اليابس ليسقط منه الرطب الجني في غير أوانه، وأيضاً كيف أن الله كان يرزق مريم بحسب ما جاء في سورة آل عمران (كلَّما دخَلَ عليها زكريا المحرابَ وَجَدَ عندَها رِزْقاً قال يا مريمُ أنَّى لكِ هذا قالَتْ هوَ مِنْ عندِ اللهِ.) وكذلك قصة جريج العابد والغلام الذي تكلم في المهد، والثلاثة الذين دخلوا الغار وانفراج الصخرة عنهم..وغير ذلك من الكرامات.)

قوة الإرادة وتأثير البيئة

المتاعب والمضايقات تحدث بسبب عدم دراية الإنسان بأعماله الماضية التي قام بها في مكان ما وفي زمن ما. فمعاناته الحالية ناجمة عن أفكار وأفعال صدرت عنه فتجسّدت بذوراً تغلغلت في تربة الوعي فأنبتت نبتاً وأخرجت ثمراً من نفس نوع الأفكار التي أطلقها والأفعال التي قام بها.

لله وحده أحيا وأعمل. ليس في الأرض من مغريات تغريني أو أوهام تغرّني. لقد نظرت بعين الحكمة والبصيرة وخرقت حجب الخداع والأوهام. وأنتم أيضاَ يجب أن تدركوا بأن زيارتكم إلى هذه الأرض هي زيارة موقوته. إنكم هنا لغرض واحد هو تعلم الدروس الضرورية ومساعدة كل من يعبر طريقكم في الحياة.

كل صباح أطلبُ من الله كي يخبرني بالذي يريدني أن أفعله فأراه عندئذ يعمل من خلال يديّ ودماغي.. ويسير كل شيء طبقاً لما يريد.

المحن والبلايا لا تأتي لتحطم الإنسان وتشلّ إرادته، بل لتجعله يقدّر الله حق قدره ويحترم قوانينه التي من خلال مراعاتها يمكنه الحصول على السعادة الحقيقية. الله لا يرسل تلك التجارب القاسية لأنها من صنع الإنسان في المقام الأول. وما على الإنسان إلا إيقاظ وعيه من سبات الغفلة وابتعاثه من ظلمة الجهل إلى نور المعرفة.

درّب نفسك على الإحساس بالسلام، لأنك كلما فعلت ذلك كلما شعرت بوجود تلك القوة في حياتك.

هناك قوة عليا ستنير دربك وتمنحك الصحة والسعادة والسلام والنجاح فيما إذا توجهت إلى ذلك النور الإلهي.

في معظم الأحيان تعدنا الحواس بقليل من المسرات الوقتية الزائلة لكنها تمنحنا في النهاية آلاماً ومعاناة طويلة. أما الفضيلة والسعادة الحقيقية فلا تعِداننا الكثير، لكن في النهاية تمنحاننا فرحاً نقياً ودائماً. لهذا السبب أعتبر السعادة الباطنية الدائمة فرحاً والملذات الحسية المؤقتة متعاً.

إن كانت هناك عادة سيئة تضايق الإنسان وتقض مضجعه فللتخلص منها يمكنه تجنّب كل ما من شأنه أن يوقظها أو ينبهها، دون التركيز عليها بغية قمعها. تلك هي الطريقة غير المباشرة لمكافحتها. ولكن هناك أيضاً طريقة إيجابية مباشرة تكمن في

توجيه الفكر نحو عادة طيبة والعمل على تنميتها حتى تصبح جزءاً من حياته يمكنه الركون إليه والإعتماد عليه.

ذوو الخلق القويم هم عادة أسعد الناس. فهم لا يدينون أحداً على مضايقات ومشاكل تحصل لهم، بل يعزونها إلى أنفسِهم ويعتبرون أنهم هم المسؤولون عنها شخصياً. هم يدركون تمام الإراك أن ما من أحد له القدرة على إسعادهم أو تكديرهم ما لم يسمحوا لأفعال وأقوال الآخرين وأفكارهم بالتأثير عليهم سلباً أو إيجاباً.

الجامدون من الناس هم غير سعداء. إنهم فاقدو الإحساس تماماً كالحجارة. يجب أن يحيا الشخص بكل أفكاره ومشاعره وبصيرته وأن يكون يقظاً ومتنبهاً لكل ما يدور حوله، تماماً كالمصور البارع الذي يتحين أنسب الفرص لالتقاط أروع الصور لأبهج المناظر.

سعادة الإنسان الحقيقية تكمن في استعداده الدائم للتعلم والتصرف السليم والمحترم. وكلما قوّم نفسه كلما ساعد في ترقية الآخرين من حوله وإسعادهم.

قلائل هم الذين يحللون أوضاعهم ويقررون ما إذا كانوا يتقدمون على الطريق أم يرجعون القهقرى. وككائنات بشرية مزودة بالإدراك والحكمة والفهم فواجبنا الأكبر توظيف حكمتنا ومدركاتنا بطرق صحيحة حتى نعرف ما إذا كنا نتقدم للأمام أو نعدو للخلف. وإن داهمنا الفشل على نحو متكرر فيجب ألا نيأس وألا نفقد الأمل.

الفشل يجب أن يعمل كمحفـّز لا كمثبّط لنمونا المادي والروحي.

الفشل هو أفضل وأنسب المواسم لغرس بذور النجاح.

يجب عدم التفكير بالخسارة والفشل.. بل تجديد المحاولة المَرة تلو الأخرى مهما كانت المحاولات الفاشلة كثيرة ومريرة. كل مجهود جديد بعد الفشل يجب أن يكون سليم التخطيط ومشحوناً بالنشاط الفكري. كما ينبغي الموازنة ما بين الطموحات المادية والأشواق الروحية، دون السماح لأحدها بأن يطغى على الآخر.

لا يوجد إنسان روحاني بحيث يمكنه الاستغناء عن النجاح المادي. وما من إنسان مشاغله المادية متراكمة لدرجة تصده عن التفكير بالله وتخصيص الوقت اللازم للتأمل والخدمة والواجبات الروحية.

الفاشل المزمن لم يتعلم بعد دروس الحياة.. والروحاني الأناني يعاقب نفسه بفقدان التوازن العقلي بسبب تجاهله للحياة المادية.

إن كرّس الشخص كل أعماله ونشاطاته لخدمة الآخرين وأنجزها بنفسية رضية فإنها بالفعل تستحق الإعتبار ويستحق عليها الشكر.

يجب ألا نكون وحيدي الجانب.. بل ينبغي موازنة فعالياتنا وإعطاء أعمالنا وواجباتنا الأولوية، بحسب أهمية كل منها..

الواجب هو ذلك العمل الذي يقوم به الإنسان بفرح وليس بدافع الكسب المادي. الواجب الروحي والخلقي يجب أن يأتيا في المقام الأول في الحياة.

لدى كل إنسان قدرات كامنة لم يستثمرها بعد. ولديه كل القوى التي يحتاج إليها. العقل بحد ذاته هو قوة عظمى.. ويجب تحريره من العادات والمفاهيم المقيدة البالية.

الأفكار الشريرة تقود صاحبها إلى بيئة شريرة كي يعبّر عن ذاته حسبما يشتهي ويريد. لكن الإنسان يمكنه تغيير فكره ووعيه بقوة الإرادة، ويمكنه بالتالي تغيير بيئته. أما إن بقي الشخص في بيئة شريرة لفترة طويلة فإن تلك البيئة تبدأ بالتأثير عليه بصورة لاشعورية. ومع مرور الأيام يخسر بالمرة حريته في اختيار بيئة سليمة وصحية ويصبح رهن المؤثرات السلبية للبيئة السيئة.

إن تأثير الكواكب والنجوم على حياة البشر ناجم عن القوى المتداخلة من جذب ودفع بين الكواكب وأجسام البشر. وصاحب الإرادة القوية يتوافق مع الله ولا ينتظر حتى تتفضل عليه الكواكب والنجوم بابتساماتها.. بل يتابع مسيرته كالشهاب الثاقب غير متأثر سوى بنجم الله الهادي الذي هو شمس الشموس ورب الناموس والنفوس.

رسائل للمعلم برمهنسا من المريدين

في المجلد XIV من مجلة Inner Culture

رسائل بعث بها أصحابها من بلدان مختلفة، نقتطف منها ما يلي:

أود أن أعلمك أنني بقراءتي المتأملة لتعاليمك

حصلت على الاستنارة الروحية

التي طالما بحثت عنها

لقد فتحت تعاليمك أمامي أبواب السعادة.

* * *

إنني أطبّق يومياً تأكيداتك الروحية

وأجد أن الأفكار السلبية تتضاءل تدريجياً

وقد تبددت المخاوف

وإنني أستمتع بكل لحظة من حياتي

فشكراً لمساعدتك.

* * *

إنني أحصل على خيرات كثيرة

من تعاليمك الروحية

وأتطلع لقراءة أفكارك بشوق كبير

وأبذل ما بوسعي لأن أطبق على حياتي

تعاليمك الجميلة والنافعة.

* * *

إنني أجد في فلسفتك الرائعة
ما يبعث على الإعجاب والإلهام
عميق امتناني لكل ما قدمته لي
من مساعدة وراحة نفسية.
* * *
يتملكني شعور غامر بالحصول أسبوعياً
على درس جديد من تعاليمك
وأجد في كل درسٍ متعة واستنارة.
* * *
أشكرك من أعماق قلبي
لمساعدتك لي على معرفة ذاتي الباطنية
وتبصيري بالقوى الكامنة في داخلي
وإظهار نور الله لبصيرتي
من خلال التعاليم التي حصلت عليها منك.
* * *
لا زالت ذكرى زيارتي لك
منذ أربعة أعوام تسكن خاطري
ولا زلت أذكر إيمانك الكلي بالله
ومحبتك للإنسانية.
لقد ساعدتني على معرفة نفسي.
وعندما كنت أظن أنني وحيد

لا أصدقاء لي ولا من يتعاطف معي

منحتني الثقة بالنفس وشحنت عزيمتي

وألهمتني الجرأة لمواجهة ظروف الحياة.

* * *

على مدى أربعين عاماً

درستُ مختلف فروع العلم والمعرفة

لكنني لم أحصل من كل تلك الدراسة

على شيء يضاهي ما حصلت عليه من تعاليمك.

* * *

إنني أستفيد كثيراً من قراءة تعاليمك

ولو أن عدداً أكبر من الناس

يطالعون ويطبقون أفكارك

لكان العالم الذي نعيش به

أفضل مما هو عليه.

* * *

أود أن أشكرك من صميم قلبي

على البركات التي أتت لحياتي

منذ أن بدأت أقرأ تعاليمك بتركيز واهتمام.

شكراً لك وأسأل الله أن يبارك جهودك الرائعة

وأعمالك المكرسة لخدمة الإنسانية.

* * *

منذ أن طلبت منك أن تدعو لي بالتوفيق

تحسنت أوضاعي بشكل ملحوظ.

عميق امتناني مع رجائي بمواصلة الدعاء.

* * *

عندما وصلتني رسالتك الأخيرة

كنت لا أزال هائماً في غابة الشك المظلمة

وغير قادر على رؤية الدرب للخروج من تلك الغابة.

لكن بفضل الله، ودعواتك الخاصة

اتضحت معالم الطريق وتعزز إيماني بالله

وتحسنت أوضاعي من كل ناحية

وأرجو أن تذكرني دوماً بدعواتك المستجابة.

* * *

لقد ساعدتني تعاليمك كثيراً

وحصلت منها على فوائد عميمة.

وثبت لي بالبرهان القاطع

فاعلية تأكيداتك الروحية والتفكير الإيجابي.

يغمرني العرفان بالجميل

لما أحس به من صحة وفرح وطمأنينة

وأشعر أني أحرز تقدماً يومياً في التأمل.

* * *

لولا تعاليمك الرائعة الزاخرة بالإلهام

لكانت حياتي على هذا المستوى الأرضي محدودة للغاية.
وأود أن أشكرك على العناية الخاصة
التي منحتني إياها على مدى السنوات الثلاث الماضية.
* * *
أشكرك على مجلة الثقافة الروحية
التي أجد فيها بركة وغذاءً للنفس كل يوم
وأشكر الله الذي عرفني عليك وعلى تعاليمك.
* * *
أود أن أشكرك على رسائلك الشهرية
فالرسالة الأخيرة وجدتها زاخرة بالإلهام
بحيث أنني قرأتها لطلابي في حصة الآداب
فتفاعلوا تفاعلاً طيباً مع محتواها
وكانت مناسبة سعيدة بالنسبة لنا جميعاً.
لقد تأثرت جداً بأفكارك التي تضمنتها الرسالة
لدرجة أنني رغبت بمشاركة طلابي بها.
هذه الرسالة أحدثت حالة من التأمل العميق
واستبطان لمكنونات النفس
وأشعر أنها ستساعدني على حل المشاكل
والتعامل بحكمة وإيجابية مع تجارب الحياة.
* * *
تعاليمك لا تقدر بثمن

ولا أريد أن يفوتني درس واحد من دروسك.